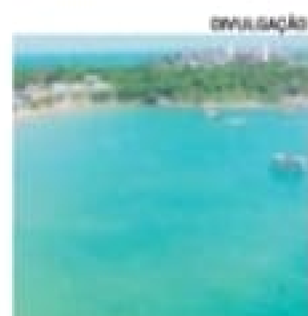


DIVULGAÇÃO

CAÇADORES DE DESTINOS

Mar azul, lazer e badalação nas praias de Anchieta

>12 e 13



FÁBIO NUNES/AT

Meio século fazendo fotos para documentos

>26 e 27



DIVULGAÇÃO

Dennis comanda o baile em Guarapari

>AT2

86 Anos

a TRIBUNA

R$ 6,00



Assinatura Aponte o seu leitor de QR code ou ligue 3323-6333

VITÓRIA-ES | DOMINGO, 12 DE JANEIRO DE 2025 | ANO LXXXV | Nº 28.790 | FUNDADO EM 22/09/1938 | EDIÇÃO DE 48 PÁGINAS

Avanços em tratamentos e cirurgias ajudam pacientes a "voltar no tempo"

Com a chegada da alta estação, a busca por procedimentos estéticos faciais e corporais dispara, e técnicas inovadoras já permitem reverter os sinais do envelhecimento > 2 a 4



SOCIAL
O cantor capixaba Lucas Gavvi apresenta seu novo single, "Bonitinho e Ordinário" >AT



OPINIÃO INTERNACIONAL
Respire fundo, faltam sete dias para a posse de Trump >34



PEDRO VALLS FEU ROSA
A cultura da fiscalização rigorosa das obras em vias públicas >19



GILMAR FERREIRA
O futebol brasileiro está atrasado na criação de regras para os gastos >39

KADIOJA FERNANDES/AT



Maioria diz que casaria com o mesmo parceiro, diz pesquisa

>8 e 9

CARLA VIANA E LUCIANO DIAS deram o primeiro beijo em uma brincadeira na adolescência. Desde então, estão juntos e completaram 29 anos de união

Riquezas minerais do Estado atraem mais 10 indústrias e novos empregos

>22 e 23

Confira a tabela do Campeonato Mineiro

>20 e 21

SILVAN DE SOUZA / FLAMENGO



LORRAN terá chance na competição

Mengão em ação na TV Tribuna/Band

>38

Rede Tribuna | TV Tribuna | BAND | Jornal a TRIBUNA | Tribuna FM Vitória 99,1MHz | Tribuna FM Cachoeiro 99,9MHz | legal FM 99,5 | tribunaonline

Eufrázio

Reportagem Especial

EM BUSCA DA BELEZA

Tratamentos e cirurgias para "voltar no tempo"

Entre os procedimentos mais avançados estão a radiofrequência microagulhada Eladerm, o Morpheus e o peeling coreano Lhala Peel

Jonathas Gomes

Com a chegada do verão, a busca por procedimentos estéticos dispara. Avanços recentes em tratamentos e cirurgias já permitem que os pacientes revertam os sinais do envelhecimento e façam uma verdadeira "volta no tempo", recuperando a vitalidade e a saúde de forma surpreendente.

Entre os procedimentos mais avançados estão a radiofrequência fracionada microagulhada Eladerm, a tecnologia Morpheus e o peeling coreano Lhala Peel. A reportagem de **A Tribuna** fez uma seleção de tratamentos faciais e corporais potentes e avançados para o rejuvenescimento.

A dermatologista Karina Mazzini explica os benefícios da radiofrequência fracionada microagulhada Eladerm.

"Com o tratamento, é possível estimular o colágeno de forma muito eficiente, eliminando a flacidez, reduzindo as cicatrizes, poros e rugas e promovendo um efeito lifting".

Já o cirurgião plástico Ariosto Santos destaca que há tecnologias que podem ser utilizadas no rosto e no corpo. O Morpheus, por exemplo, combate a flacidez em regiões como braços, glúteos e raiz das coxas. O médico explica como funciona o procedimento.

"Esse procedimento, que ficou famoso entre várias celebridades como Lindsay Lohan e Victoria Beckham, consiste na aplicação de radiofrequência em profundidade para estimular uma indução de colágeno muito mais significativa, combatendo a flacidez. Essa tecnologia pode ser aplicada tanto na face quanto no corpo".

TEXTURA

Para quem busca uma pele regenerada, com brilho natural, menos manchas de acne e uma textura mais uniforme, o peeling coreano Lhala Peel é a indicação. A dermatologista Oliete Guerra explica como é feito o procedimento.

"O ácido utilizado no Lhala Peel promove a regeneração celular com descamação mínima, diferentemente de outros peelings. Assim, ele restaura o brilho natural da pele e promove uma textura mais uniforme".

Outros procedimentos incluem efeitos como lifting facial, redução de papada, indução de colágeno, melhora da elasticidade e eliminação da gordura localizada.

Confira abaixo uma lista de indicações de tratamentos avançados para o rejuvenescimento.

> "Morpheus consiste na aplicação de radiofrequência para estimular uma indução de colágeno mais significativa"
>
> **Ariosto Santos, cirurgião plástico**

KADIELJA FERNANDES/AT



Realçar a beleza

A CEO Elayne Borel, de 49 anos, realizou uma combinação de procedimentos voltados ao rejuvenescimento. Botox, preenchimento facial com ácido hialurônico, bioestimulador de colágeno e ultrassom microfocado foram as indicações médicas. "Fiquei muito satisfeita, porque me senti mais rejuvenescida, mais bonita, e sem deixar de ser eu mesma", declara.

OS PROCEDIMENTOS

Eladerm

É uma nova radiofrequência fracionada microagulhada voltada para o estímulo de colágeno, a eliminação da flacidez e a redução de poros e rugas. O diferencial do novo procedimento é a segurança e o conforto proporcionados ao paciente, pois não precisa ser realizado em centros cirúrgicos e dispensa anestesia. O procedimento também intensifica o efeito lifting.

O tempo de duração dos efeitos varia de seis meses a um ano, a depender das características de cada paciente, como idade.



Ultrassom Microfocado de Alta Intensidade

- **É UMA INOVAÇÃO** dos tratamentos estéticos que promove um lifting facial de forma muito eficaz, reduzindo flacidez e gordura localizada. É possível associá-lo com lasers para potencializar os resultados, como o laser de Thulium, Erbium, CO2 e outros.
- **O TEMPO DE DURAÇÃO** dos efeitos varia de seis meses a um ano, a depender das características de cada paciente, como idade.

Ultraformer MPT

- **O APARELHO ULTRAFORMER MPT** é utilizado para o lifting facial, trata a flacidez e confere um melhor contorno facial, reduzindo a papada. Quando associado a bioestimuladores de colágeno, o efeito de firmeza da pele é potencializado. Os efeitos do tratamento podem durar até dois anos, mas é recomendável repeti-lo anualmente.

FOTOS: DIVULGAÇÃO



PDRN

É um tratamento injetável que utiliza DNA de salmão para promover a regeneração celular e rejuvenescer a pele. O procedimento melhora as rugas e promove a remodelação celular. Os efeitos do tratamento podem durar até dois anos, mas é recomendável repeti-lo anualmente.

Morpheus

- **O EFEITO DO MORPHEUS** é mais eficaz, proporcionando uma indução de colágeno muito mais significativa e resultados superiores. Essa tecnologia pode ser aplicada tanto na face quanto no corpo.
- **NO CORPO**, além do Morpheus, associam-se outras tecnologias que promovem retração da pele, permitindo tratar áreas onde, antigamente, cirurgias eram inviáveis devido ao risco de flacidez. Regiões como braços, glúteos e raiz das coxas, por exemplo, agora podem ser tratadas com maior eficácia.

BodyTite

- **O BODYTITE** é uma técnica avançada que combina radiofrequência e lipoaspiração para remodelar o corpo e estimular a produção de colágeno. O tratamento pode ser associado ao Morpheus. A combinação desses métodos tem proporcionado resultados impressionantes, tanto no corpo quanto na face, e otimizado significativamente os resultados da cirurgia plástica moderna.



Argoplasma

É uma tecnologia que surge como solução eficiente para o tratamento da flacidez da pele de qualquer parte do corpo. Este método, que se baseia na utilização do plasma de argônio, destaca-se por sua capacidade de estimular a produção de colágeno, promovendo uma retração imediata da pele e uma melhora de sua qualidade a longo prazo.

Eufrázio

Reportagem Especial

EM BUSCA DA BELEZA

"Mix" de procedimentos que devolve o colágeno à pele

FOTOS: ACERVO PESSOAL E FÁBIO NUNES/AT

Os tratamentos para rejuvenescimento facial se tornam cada vez mais sofisticados com a combinação de lasers, radiofrequência e bioestimuladores de colágeno. De acordo com médicos, a associação de procedimentos alia eficiência e potencializa resultados, como a redução de linhas de expressão e a produção de colágeno.

O "mix" de tratamentos varia de acordo com o protocolo médico indicado a cada paciente, tendo em vista características físicas, como a idade e a qualidade da pele.

A especialista em harmonização facial Cicília Beringui aponta uma combinação poderosa para o rejuvenescimento: bioestimuladores de colágeno, ultrassom microfocado, botox e preenchimento de ácido hialurônico. Ela explica os efeitos desse "mix" para a beleza facial.

"Essa combinação ameniza os sinais do envelhecimento e realça a beleza natural, reduzindo linhas de expressão e melhorando o contorno facial. Os resultados incluem uma pele mais firme, com marcas menos aparentes e aspecto jovial. É um protocolo poderoso".

Para pacientes acima dos 55 anos, o cirurgião plástico Humberto Pinto aponta que o lifting cérvico-facial é uma opção potente de cirurgia para o rejuvenescimento, principalmente quando associado a lasers ou outros procedimentos.

"O lifting cérvico-facial reposiciona as estruturas faciais, incluindo as cicatrizes, e proporciona um rejuvenescimento significativo, com resultados que duram cerca de 10 anos. Depois da cirurgia, seguimos com lasers para melhorar ainda mais as cicatrizes e a textura da pele. Podemos associar radiofrequência e outras tecnologias, como BodyTite e Morpheus".

A médica Renata Melo defende que o melhor caminho para manter uma pele jovem, bonita e saudável é definir, junto ao médico, um plano de envelhecimento preventivo. Ela aponta uma combinação capaz de potencializar a firmeza da pele e reduzir a flacidez.

"O Ultraformer MPT é utilizado para o lifting facial, trata a flacidez e confere um melhor contorno facial, reduzindo a papada. Quando associado a bioestimuladores de colágenos, o efeito de firmeza da pele é potencializado. Os efeitos do tratamento podem durar até dois anos".

A fotógrafa Célia Maria Silva, de 65 anos, realizou um lifting cérvico-facial e não poupa elogios ao procedimento. Hoje, ela está mais feliz com a aparência.

"Amei o resultado, e foi indolor. Eu estava há muito tempo insatisfeita com o meu pescoço e com o bigode chinês. Depois do procedimento, ficou tudo muito natural".

ANTES



DEPOIS



CÉLIA MARIA SILVA, de 65 anos, realizou um lifting cérvico-facial e não poupa elogios ao procedimento

"O Ultraformer MPT é utilizado para o lifting facial, trata a flacidez e confere um melhor contorno facial, reduzindo a papada"

Renata Melo, médica

OPINIÕES



"Os tratamentos antienvelhecimento podem começar após os 25 anos"

Karina Mazzini, dermatologista



"Não adianta fazer um tratamento corporal se não estiver fazendo atividade física"

Olieto Guerra, dermatologista

Cuidado com fotos de "antes e depois", alerta médica

As fotos de "antes e depois" tomam conta das redes sociais, mas é preciso ter cuidado: de acordo com especialistas, essas fotos não devem ser referência absoluta para resultados de procedimentos estéticos.

A comparação das fotos não é totalmente confiável. A dermatologista Karina Mazzini ressalta que muitas fotos podem ser manipuladas, o que afasta o "depois" dos resultados reais dos procedimentos. Ela pontua a importância dos pacientes terem expectativas alinhadas ao que cada procedimento é capaz de entregar.

"É fundamental que o paciente entenda que os resultados são individuais e que a beleza de cada um também é individual. Então, não adianta achar que vai ficar igual a um famoso ou a alguém que ele tem como referência. Isso só vai fazer ele querer um resultado inalcançável".

A médica ainda faz uma recomendação. "Muitas fotos podem ser manipuladas e não ser realmente o resultado final. O que recomendamos é que a pessoa procure por profissionais qualificados, com registro profissional, com experiência comprovada e que possua credibilidade na área", alerta.

OS PROCEDIMENTOS



Criolipólise

É um tratamento não invasivo que reduz a gordura localizada por meio do congelamento controlado das células de gordura. É associado à aplicação de enzimas e funciona para reduzir a gordura localizada. Pode ser realizado em várias partes do corpo, como coxas, abdômen, tórax, quadril e braços. É necessário associá-lo a uma rotina saudável, que inclua atividade física e boa alimentação.

O tratamento inclui duas a três sessões, com intervalo de 50 dias. Se o paciente não ganhar peso, os resultados são de longo prazo.

Lhala Peel

> **É UM PEELING COREANO** utilizado para melhorar a textura da pele, restaurar o brilho natural e resolver queixas como rugas e acne, além de manchas. O ácido utilizado promove a regeneração celular com descamação mínima, diferentemente de outros peelings.

> **O TRATAMENTO** deve ser repetidos a cada três ou quatro meses, a depender das características de cada paciente.

Lifting cérvico-facial

> **O LIFTING CÉRVICO-FACIAL** reposiciona as estruturas faciais, incluindo as cicatrizes, e proporciona um rejuvenescimento significativo, com resultados que duram cerca de 10 anos. Ele corrige a flacidez e as rugas da região do pescoço e do rosto.

> **DEPOIS DA CIRURGIA**, podem ser utilizado lasers para melhorar ainda mais as cicatrizes e a textura da pele. O procedimento é indicado para pessoas acima de 55 anos.

> **A DEPENDER** da qualidade da pele do paciente, pode-se associar a radiofrequência e outras tecnologias, como BodyTite e Morpheus.

Fonte: Especialistas consultados e pesquisa AT.



Bioestimulador de colágeno

São substâncias capazes de estimular a produção de colágeno da pele. São utilizados para melhorar a firmeza, a elasticidade e a textura da pele. Quando associados a outros tratamentos, podem potencializar a ação rejuvenescedora e ajudar a alcançar resultados mais naturais. Os efeitos do tratamento podem durar de um a dois anos, a depender das características físicas de cada pessoa.

Eufrázio

Reportagem Especial

EM BUSCA DA BELEZA

Pacientes buscam ajuda para voltar ao rosto natural

Procura para realizar a "desarmonização facial" tem ganhado força. Técnica mais indicada é a "naturalização"

Camila Lima

Em 2023, o Brasil realizou 429.391 procedimentos com ácido hialurônico. O País é o segundo que mais utiliza o produto em tratamentos estéticos, atrás apenas dos Estados Unidos, que fez 712.225 procedimentos, segundos dados da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS).

O ácido hialurônico se popularizou nos últimos anos com a harmonização facial, cujo objetivo é "corrigir" os ângulos da face. Mas nem sempre o procedimento tem atendido às expectativas dos pacientes, fazendo com que muitos procurem médicos para desfazer as aplicações.

E a procura para realizar a "desarmonização facial" tem ganhado força também entre as celebridades. Em outubro do ano passado, a reportagem de **A Tribuna** já havia publicado a aposta de médicos em uma beleza mais natural, sem tantos preenchimentos, após Gracyanne Barbosa e Scheila Carvalho decidirem reverter alguns procedimentos.

Nos últimos dias, o assunto voltou à tona após, além de Scheila, os influenciadores Eliezer e Gkay darem entrevista falando do descontentamento com a própria aparência, depois de realizada a harmonização facial.

A dermatologista Oliete Guerra explicou que quando a aplicação é feita com ácido hialurônico há uma enzima (hialuronidase) que realiza a absorção.

"Mas já tive casos em meu consultório em que a pessoa que aplicou o produto se recusa a dizer o que aplicou no rosto da paciente, e como o profissional não é médico, não existe lei que o obrigue a apresentar o prontuário médico. Ou seja, pode não ser ácido hialurônico que foi aplicado. Se for o polimetilmetacrilato (PMMA), ele só é retirado com cirurgia", alerta.

Segundo a dermatologista Karina Mazzini, atualmente a técnica mais indicada é da "naturalização".

"Essa técnica é baseada nas tecnologias. Sempre falo que a tecnologia vai se sobrepor aos injetáveis. Com essa técnica associamos aparelhos que vão estimulando colágeno sem volumizar, mantendo a pele limpa, sem manchas, suavizando as rugas finas, mas de maneira muito natural. Fazemos botox, bioestimuladores, mas não 'carregando a mão', porque preenchimento deforma".

ELES SE ARREPENDERAM

FOTOS: DIVULGAÇÃO

ANTES



DEPOIS



A DANÇARINA Scheila Carvalho decidiu reverter alguns procedimentos que havia feito em seu rosto

ANTES



DEPOIS



Vários preenchimentos

A influenciadora digital Gkay, de 32 anos, já se submeteu a lipo LAD, cirurgia plástica para definir abdômen e também por uma mastopexia com a inserção de prótese mamária. Ela também já fez preenchimentos labiais, de mandíbula e maçãs do rosto, o que, segundo ela, hoje em dia considera "bizarro".

Gkay contou, em entrevista ao "Fantástico", que fazia preenchimento labial a cada três meses. A influenciadora revelou que a decisão de retirar os procedimentos aconteceu quando percebeu que aparentava ser mais velha do que realmente é.

"Desarmonização"

O ex-BBB Eliezer, de 34 anos, também passou pela "desarmonização facial". O influenciador passou pelo processo em 2023, após, segundo ele relatou em suas redes sociais, "ganhar um senso de maturidade com a paternidade". Ele contou ainda que a mulher, a influenciadora Viih Tube, chegou alertar sobre os exageros.

"Tirei tudo mesmo. Não tenho mais nada. Hoje, o que dá volume ao meu rosto e à mandíbula é a minha barba. Quando eu tiro a barba, meu rosto fica bem mais fino. Hoje em dia não faço mais nada, nem botox", afirmou em sua rede social. "Hoje me sinto muito bem em relação à minha aparência. Podem falar o que quiser de mim que não vai me atingir".

ANTES



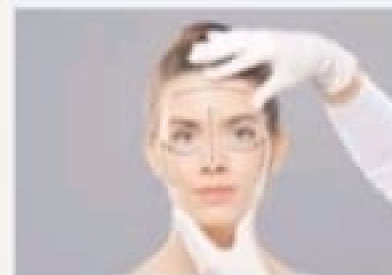
DEPOIS



PROCEDIMENTOS

Harmonização facial

- **A HARMONIZAÇÃO** facial é um conjunto de procedimentos estéticos voltados para "equilibrar" as proporções do rosto. Utilizando técnicas como preenchimento com ácido hialurônico, aplicação de toxina botulínica, bioestimuladores de colágeno e rinomodelação, o tratamento busca "melhorar" o contorno facial.
- **PORÉM**, nos últimos anos, a técnica tem sido deixada cada vez mais de lado, devido os excessos. A ideia agora, segundo dermatologistas, é a naturalização.



Naturalização

- **NA DERMATOLOGIA**, a técnica de naturalização refere-se a abordagens estéticas que buscam melhorar a aparência da pele e dos traços faciais de maneira sutil, preservando a expressão natural e as características individuais.
- **O FOCO** é realçar a beleza sem criar mudanças artificiais ou exageradas, respeitando as proporções e a harmonia do rosto.
- **PARA ESSA TÉCNICA** são usados procedimentos como tecnologias (laser, ultrassom), preenchedores (como ácido hialurônico), aplicação de toxina botulínica e bioestimuladores de colágeno (como o Profhilo).
- **O OBJETIVO** é suavizar sinais de envelhecimento, como rugas e linhas de expressão, corrigir assimetrias e melhorar o contorno facial, garantindo que o resultado final pareça espontâneo e não revelador de intervenção estética.

Cuidados

- **QUEIMADURAS** e deformações no rosto e no corpo são exemplos de efeitos adversos enfrentados por pacientes.
- **É IMPORTANTE** também que o paciente seja informado sobre o tipo de produto preenchedor que será utilizado no tratamento e onde será feita a aplicação.

Fonte: SBD e pesquisa AT.

Eufrázio

FALE COM A EDITORA MÁRCIA BRANKI
E-MAILS: cidades@redetribuna.com.br / policia@redetribuna.com.br

cuide-se bem

Cuidado com acidentes na prática de exercícios!

Especialistas explicam o que fazer para evitar problemas. Escolher um profissional para dar as orientações é uma das dicas

Camila Lima

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda pelo menos 150 a 300 minutos de atividade aeróbica moderada a vigorosa por semana para todos os adultos, incluindo quem vive com doenças crônicas ou incapacidade; e uma média de 60 minutos por dia para crianças e adolescentes.

Ainda que bem recomendada, a prática de atividade física deve ser feita com cautela para evitar acidentes. Alguns cuidados, segundo especialistas, podem minimizar esses riscos.

Um desses cuidados, de acordo com Felipe Maciel Carvalho, especialista em fisiologia do exercício, é em relação à escolha do profissional que irá acompanhar ou prescrever os treinamentos, já que é preciso respeitar a individualidade biológica.

"Certifique-se que o profissional seja formado e registrado no Conselho Regional de Educação Física", orienta. Felipe destaca ainda que existe diferença entre atividade física e exercício físico.

"A atividade física, como caminhar no calçadão e andar de bicicleta, não necessariamente requer uma orientação profissional. Já o exercício físico se refere a algo programado e prescrito por um profissional, em que existe uma avaliação e um planejamento com um objetivo".

Modalidades de alta intensidade, como o crossfit, devem ser feitas com orientação. "Um grande ponto a ser considerado na atividade é a cultura de desafiar-se o tempo inteiro para ultrapassar os seus limites. Isso, sim, é algo muito perigoso para um iniciante ou uma pessoa sem experiência prévia, que não conhece os seus limites", alerta Felipe.

A educadora física Bárbara Gomes orienta que, para quem nunca praticou, por exemplo, musculação, deve-se iniciar com calma, sem exagerar em cargas altas, priorizando o movimento correto.

"Neste primeiro momento, a pessoa deve conhecer os movimentos, observar e se atentar nas execuções e, com tempo, progredir as cargas. Não é 'feio' fazer, por exemplo, agachamento ou supino com pouca ou nenhuma carga. Para quem está iniciando, o importante é se concentrar na execução", orientou.

Bárbara alerta que qualquer exercício executado de forma errada tem seu risco de lesão. "Agachamento com muita carga, tendo uma má execução, é prejudicial para membros inferiores e lombar. São lesões que, se ocorrerem, podem fazer com que a pessoa, em muitos casos, não consiga mais realizar um treino de musculação", alerta.

BOM RESULTADO



LEONE IGLESIAS/AT

"Acho a supervisão muito importante"

A empresária Julia Lana, de 31 anos, malha desde 2013 e treina sob orientação de um personal online, mas quando tem dúvidas em relação a alguma execução dos exercícios, ela recebe instruções dos professores da academia onde malha, a Razões do Corpo. Um desses professores que a orienta é o educador físico Bruno de Almeida.

"Acho a supervisão muito importante para evitar lesões e ter um bom resultado. Vejo muitas pessoas na academia, principalmente idosos ou iniciantes, executando exercícios de forma muito errada".

Ela, que nunca teve lesão em treino de musculação, conta que no pós-treino costuma fazer alongamento dos membros inferiores e relaxamento da lombar.

É importante respeitar os sinais do corpo, diz médico

Atividades de alta intensidade muitas vezes podem aumentar o risco de lesões se não forem feitas sob supervisão e com cautela.

Esportes como crossfit, levantamento de peso olímpico e corrida de curta distância (sprint) podem causar lesões por sobrecarga, rupturas musculares ou tendíneas, problemas na coluna ou articulações devido aos movimentos explosivos mal executados, alerta o ortopedista Bernardo Terra.

Já as atividades com movimentos repetitivos como tênis, golfe, remo, natação, em alta neste verão, podem ocasionar tendinite, bursite ou síndrome do túnel do carpo, que são lesões por esforço repetitivo.

Segundo o médico, todas as atividades podem ser executadas, desde que algumas orientações sejam obedecidas. Uma delas é "escutar o corpo".

"É importante respeitar os sinais do corpo. Se a pessoa sentir dor ou desconforto, deve parar a atividade imediatamente".

O médico recomenda ainda realizar aquecimento. "Realizar exercícios leves de aquecimento para preparar os músculos e aumentar a circulação sanguínea reduz o risco de lesões".

Outra orientação do especialista é dar ao corpo tempo suficiente para descansar entre os treinos, especialmente após atividades intensas.

"É fundamental ainda repor nutrientes com refeições equilibradas para auxiliar na recuperação muscular. Também é preciso manter a regularidade dos treinos, já que treinos intermitentes podem aumentar o risco de lesões devido à falta de adaptação muscular".

ACERVO PESSOAL



BERNARDO TERRA: orientações

Amo a vida e quero viver muito mais!
O plano de saúde com os melhores hospitais do Estado
Hospitais com Acreditação em toda a Grande Vitória
Plantão cardiológico 24h
Plantão com neurologista 24h
Prontos-socorros em toda a Grande Vitória
Médicos de excelência reconhecida
Planos sem coparticipação
best senior
o melhor da vida é ter saúde
44
Os melhores hospitais do Estado
R$ 439,61*

Eufrázio

CADA VEZ
MAIS VOCÊ

TV TRIBUNA
AGORA É BAND.

















Eufrázio

CHUVA NO ESTADO

Quatro cidades decretam estado de emergência

Alegre, Rio Bananal, Irupi e Santa Leopoldina agora tentam reconstruir os estragos causados pelas tempestades

Will Anholetti

A chuva que atingiu o Espírito Santo na semana passada deu uma trégua para os moradores da Região Metropolitana, porém as marcas da tempestade deixaram um rastro de destruição em estradas, ruas e avenidas, principalmente de cidades do Sul do Estado.

Segundo Boletim da Defesa Civil liberado, ontem, às 17 horas, quatro municípios decretaram estado de emergência: Alegre, Rio Bananal, Irupi e Santa Leopoldina. Além disso, 1.110 pessoas estão fora de casa por conta das chuvas. Destas, 903 estão desalojadas e 207 desabrigadas.

Nas cidades que decretaram emergência houve prejuízos em pontes, estradas, muros e casas.

Em Santa Leopoldina, por exemplo, o rio que possui cota normal de dois metros no centro da cidade chegou a sete metros.

De acordo com a prefeitura do município, houve inundação e deslizamento, casas destruídas e queda de árvores.

"Hoje temos 110 pessoas desalojadas, que são assistidas pela nossa Assistência Social do município. Elas estão na casa de amigos e familiares. Não temos ninguém em abrigo, apesar de termos disponibilizado um ponto para isso", disse, em nota.

Outro exemplo é Rio Bananal. A chuva atingiu o município trazendo vários danos. Na terça, por exemplo, causou o rompimento de uma barragem. Os bombeiros foram acionados para fazer a remoção de diversas famílias de suas residências devido à inundação

Em Cachoeiro de Itapemirim, a prefeitura anunciou a criação de um Gabinete de Gestão de Crise para coordenar as ações de assistência à população e atender às diversas ocorrências registradas. Não foi necessário decretar emergência.

De acordo com a Polícia Rodoviária Federal, as rodovias federais do Estado seguem sem interdição, mas o policial Mauricio Dutra Belshoff ressalta a necessidade de redobrar atenção no trânsito.

"Se houver previsão de chuva forte, de temporal, de tempo fechado, evite viajar. Se deparou com uma chuva forte na rodovia, pare o veículo em um local seguro. É muito importante avisar que o condutor não pode parar no acostamento", disse

Outras recomendações são redobrar a atenção, observando as condições do veículo; evitar ultrapassagens e reduzir a velocidade.

> "Hoje temos 110 pessoas desalojadas. Elas estão na casa de amigos e familiares"
>
> **Nota enviada pela Prefeitura Municipal de Santa Leopoldina**

DIVULGAÇÃO/PREFEITURA DE SANTA LEOPOLDINA



EM SANTA LEOPOLDINA, as ruas ficaram tomadas pela lama após o escoamento da água da chuva

FIQUE POR DENTRO

Permissão é válida por 180 dias

Estado de emergência

> A DECISÃO é tomada pelo estado ou município quando ocorrem situações que fogem à normalidade e demandam o investimento de recursos extraordinários.

> ESTADOS e municípios nessa situação podem ter acesso a recursos federais disponibilizados para ações de resposta aos desastres e de recuperação dos cenários afetados.

> A PARTIR DESSE reconhecimento, as prefeituras têm acesso a verbas estaduais e federais de forma facilitada, sem necessidade de processos licitatórios e podendo ultrapassar metas fiscais pré-estabelecidas. Essa permissão é válida por 180 dias.

Dispensa de licitação

> A LEI 8.666 institui normas para licitações e contratos da administração pública. Ela prevê a contratação de obras, serviços, equipamentos e outros bens necessários ao atendimento da situação emergencial ou calamitosa com dispensa de licitação (art. 24).

Liberação de saque do FGTS

> O FGTS poderá ser liberado ao trabalhador residente em áreas atingidas por desastre natural, cuja situação de emergência ou de estado de calamidade pública tenha sido formalmente reconhecido pelo governo federal.

ARQUIVO/AT



ALAGAMENTO por causa da chuva

Inmet renova alerta para chuva forte em 60 municípios

Um novo alerta de chuvas fortes foi emitido pelo Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) para 60 cidades do Espírito Santo. O aviso, de cor amarela, que indica perigo potencial para acumulados de chuva de até 50 milímetros e ventos de 60 km/h, segue vigente até meio-dia de hoje.

Amanhã, a previsão, de acordo com o Incaper, é de formação de áreas de instabilidade na região Serrana e Sul capixaba, com possibilidade de pancadas de chuva isoladas a partir da tarde.

No litoral Sul e na Grande Vitória, céu parcialmente nublado, mas sem previsão de chuva. Na metade Norte capixaba, céu nublado pela manhã, com chuva rápida à tarde, devido à entrada de umidade vinda do mar, trazida por ventos costeiros.

A Defesa Civil Estadual revela que a previsão é de 65% para acumulados de chuva de 10 a 30 mm em pontos do centro-sudoeste capixaba. No extremo-norte, chuva mal distribuída. Nas demais regiões, previsibilidade baixa para acumulados de chuva em pontos isolados.

Amanhã, o sol aparece um pouco mais em todo o Estado. Chove em alguns momentos do dia, na região Serrana e Sul. Na região Norte, Nordeste e Noroeste capixaba, sol entre nuvens, com previsão de chuva rápida em alguns momentos do dia. Na Grande Vitória e litoral Sul, céu nublado e sem previsão de chuva.

Terça-feira a instabilidade volta a e com ela muitas nuvens e possibilidade de pancadas de chuva.

LEONE IGLESIAS/AT - 28/12/2022



PEDESTRES se protegem

TEMPO NA GRANDE VITÓRIA

	HOJE	AMANHÃ	TERÇA
PROBABILIDADE DE CHUVA	76%	82%	92%
MÁXIMA	29º	27º	27º
MÍNIMA	21º	22º	22º
	Sol com muitas nuvens e pancadas de chuva.	Chove rápido durante o dia e à noite.	Previsão de 38,9 milímetros de chuva.

FASES DA LUA

CRESCENTE	CHEIA	MINGUANTE	NOVA
ATÉ HOJE	DE AMANHÃ A 20/01	DE 21/01 A 28/01	DE 29/01 A 4/02

AS MARÉS

	PORTO DE VITÓRIA	PORTO DE TUBARÃO
ALTA	2h39 (1,3m) 14h54 (1,3m)	2h37 (1,3m) 14h52 (1,3m)
BAIXA	8h47 (0,3m) 21h05 (0,1m)	8h45 (0,3m) 21h03 (0,1m)

SOL

NASCENTE 5h11

POENTE 18h27

Fonte: Climatempo e Marinha do Brasil.

Eufrázio

VIDA A DOIS

Maioria casaria com mesmo parceiro, diz pesquisa

A pedido de A Tribuna, enquete avaliou opiniões sobre amor, casamento e as dificuldades cotidianas dos casais

Jonathas Gomes

O amor é uma das escolhas mais significativas da vida e, para muitos, um vínculo que supera o tempo. Uma pesquisa realizada pela Empresa Júnior da Universidade Vila Velha (EJUVV), a pedido do jornal **A Tribuna**, revela que 57,3% dos capixabas provavelmente optariam por se casar novamente com o mesmo parceiro.

A pesquisa avaliou opiniões sobre amor, vida a dois, casamento e dificuldades cotidianas dos casais. Mas, afinal, como superar desafios e cultivar uma relação saudável e feliz?

Para o psicólogo e professor da Unesc Alexandre Vieira Brito, um relacionamento bem-sucedido não é necessariamente aquele em que não há conflitos, mas sim aquele em que o casal supera dificuldades e se reconquista frequentemente.

"Eu acredito que o relacionamento é feito de reconquistas. É preciso que haja um certo cultivo na relação com o outro. A longa convivência pode enfraquecer as novidades, as conexões e aquilo que te faz sentir vivo na relação com o outro, provocando desgaste e falta de diálogo", explicou Alexandr Brito.

Fabrício Azevedo, professor da Universidade Vila Velha (UVV) e coordenador do trabalho, destaca que os resultados da pesquisa de opinião revelam que, embora exista uma visão idealizada do casamento, os desafios de compartilhar a vida a dois são comuns e não significam necessariamente que a vida conjugal não vai bem.

"A pesquisa demonstra que o casamento, como qualquer relacionamento, não é perfeito. Dificuldades são inerentes, como problemas de comunicação, alinhamento de metas e objetivos, e até tomadas de decisão que, muitas vezes, são feitas sem o consenso do parceiro, gerando conflitos, brigas e desgastes."

Casais de longa data podem enfrentar desafios como a rotina, a falta de comunicação, a perda de conexão emocional e a adaptação às mudanças nas circunstâncias da vida, como trabalho, filhos ou envelhecimento, analisa a doutora em Psicologia Maria Rita Sales Régis.

Ela destaca a importância da comunicação para superar esses problemas.

"Superar essas dificuldades envolve comunicação aberta e honesta. Os casais devem se esforçar para expressar seus sentimentos e preocupações de maneira respeitosa. Praticar a escuta ativa e a empatia é fundamental. Além disso, buscar momentos de conexão, como atividades em conjunto, pode ajudar a reavivar a relação."

Para a pesquisa de opinião, foram ouvidas 328 pessoas da Grande Vitória e de outras cidades do Estado, sendo 57,3% do gênero feminino.

KADIJA FERNANDES/AT

Mais de 40% se queixam da falta de tempo de qualidade

O tempo de qualidade é um dos maiores bens compartilhados entre os casais. No entanto, com a rotina atarefada, esse bem se torna cada vez mais escasso. Tanto que 42,1% dos capixabas se dizem insatisfeitos com o tempo compartilhado com o parceiro.

Encontrar tempo de qualidade na vida a dois é essencial para manter a conexão emocional e fortalecer a relação. O psicólogo e professor do Unesc Alexandre Vieira Brito aponta as principais estratégias para casais que lidam com a falta de momentos juntos.

"Deve haver sempre entre o casal estratégias e movimentos de estar junto, de reconquistar um ao outro, muitas vezes com pequenos gestos. Investir na comunicação aberta e respeitosa é essencial para que não seja uma relação agressiva. É preciso buscar momentos de qualidade juntos".

Primeiro amor

Na adolescência, a administradora cerimonialista Carla Viana, 42, e o técnico em radiologia Luciano Dias, 44, deram o primeiro beijo em uma brincadeira. Desde então, estão juntos e completaram 29 anos de união.

"Mesmo diante dos desafios, estivemos lado a lado. Se um cair, o outro ajuda a levantar. Sou casada com o grande amor da minha vida", declara Carla.

A PESQUISA

1 Hoje, ao avaliar o seu relacionamento, você se casaria com o mesmo parceiro?

Com certeza	0%
Provavelmente sim	57,3%
Não tenho certeza	36,3%
Provavelmente não	6,4%

2 Como você avalia a comunicação no seu relacionamento?

Muito boa, aberta e constante	33,5%
Boa, com poucos desafios	32%
Regular, com áreas que precisam melhorar	28%
Difícil, com pouca ou nenhuma comunicação	6,4%

3 Qual é o nível de satisfação com o tempo que passam juntos?

Muito satisfeito(a). É suficiente e de qualidade	42,1%
Satisfeito(a), mas poderia ser mais frequente	38,4%
Insatisfeito(a). Passamos pouco tempo juntos	42,1%
Muito insatisfeito(a). Quase não temos tempo juntos	11,3%

4 Como você e seu parceiro lidam com os conflitos no relacionamento?

De forma construtiva e respeitosa. Optamos pelo diálogo	8,2%
Conseguimos resolver os conflitos, mas às vezes é difícil	57,3%
Muitas vezes evitamos ou deixamos de lado os conflitos	23,2%
Frequentemente temos discussões sem solução	11,3%

5 Como você avalia o suporte emocional que recebe do seu parceiro?

Excelente. Sinto que sou sempre apoiado(a)	8,2%
Bom, mas poderia ser mais consistente	57,3%
Regular. Sinto falta de mais apoio emocional	23,2%
Insuficiente. Não me sinto apoiado(a)	11,3%

6 Você sente que suas metas e valores estão alinhados com os do seu parceiro(a)?

8,2% TOTALMENTE ALINHADOS

57,3% ALINHADOS EM GRANDE PARTE

28% ALGUNS ASPECTOS ESTÃO DESALINHADOS

6,4% BASTANTE DESALINHADOS

7 Quais dos desafios abaixo você enfrenta no relacionamento atualmente?

Conflitos de comunicação	11,3%
Diferenças em prioridades e metas	25,3%
Falta de tempo de qualidade juntos	18,3%
Problemas financeiros ou externos	32%
Nenhuma das alternativas	13,1%

Fonte: Pesquisa realizada pela Empresa Júnior da Universidade Vila Velha (EJUVV).

Eufrázio

BASES DE UMA RELAÇÃO

1 RESPEITO
O respeito é a base de um relacionamento saudável. Esse pilar possibilita que o casal tenha uma boa comunicação, respeite as diferenças de personalidade, fortaleça o vínculo emocional, valide os sentimentos do outro e valorize um ao outro.

2 AUTONOMIA
É importante que o casal mantenha a autonomia individual, principalmente para evitar a dependência emocional. A relação deve ser uma parceria de equivalência e igualdade, e, por isso, cada um precisa nutrir as próprias vontades e sonhos.

3 COMUNICAÇÃO
Não existe uma relação sem diálogo. Esse é um valor que constrói, de fato, um caminho para estabelecer um relacionamento duradouro e para fortalecer o casal. É importante que o casal se comunique de forma respeitosa, transparente, frequente e verdadeira.

4 PROJETOS
Compartilhar projetos em comum, como a construção de uma família ou de um patrimônio, pode potencializar a parceria e a união do casal. Além dos projetos em comum, é importante que cada um tenha os próprios projetos individuais.

5 CONHECIMENTO
Um relacionamento sólido nasce de um encontro que pode começar movido por paixão, mas, ao longo do processo, é o conhecimento mútuo que construirá o caminho para um sentimento mais sólido e para uma parceria conjugal duradoura e feliz. O casal deve conhecer a si mesmo e ao outro.

6 CONFIANÇA
A confiança cria um ambiente de conforto para que cada um expresse os sentimentos, os pensamentos, as preocupações e as opiniões.

Logo, é um pilar fundamental para a estabilidade emocional do casal.

7 APOIO MÚTUO
É fundamental que o casal nutra o apoio mútuo, independentemente da situação vivida. Seja nas dificuldades, seja nos projetos de vida, um deve estar ao lado do outro. Esse apoio mútuo deve prevalecer para que, após o período inicial de paixão, o casal construa uma vida a dois feliz.

8 TEMPO DE QUALIDADE
O momento a dois é essencial, seja em uma paquera, flerte, namoro, noivado ou casamento. É preciso estimular um processo contínuo de "namoramento", que estreita laços e vínculos. Para isso, reserve tempo de qualidade para atividades a dois.

VIDA A DOIS

Apoio e respeito são fundamentais

Construir um relacionamento feliz e duradouro exige mais do que amor: é preciso nutrir pilares fundamentais para reforçar a conexão emocional, o senso de compromisso do casal e manter viva a paixão. Mas, afinal, quais são esses pilares que formam a base de um relacionamento?

O diálogo, o respeito mútuo, o apoio emocional e a autonomia individual estão entre os mais lembrados. Para o psicólogo Gerson Abarca, é importante que o casal conheça um ao outro e, com isso, construa uma relação sólida em pilares que fortaleçam a parceria conjugal.

"O primeiro pilar de um relacionamento duradouro é o conhecimento do outro. Um relacionamento sólido nasce de um encontro que pode começar movido por paixão, mas, ao longo do processo de conhecimento mútuo, evolui para um sentimento mais sólido, que leva à escolha de uma parceria conjugal".

O psicólogo destaca outro valor fundamental para os casais. "Outro pilar é a autonomia individual, evitando que um se torne emocionalmente dependente do outro ou use o parceiro como uma muleta emocional".

Segundo ele, a relação deve ser uma parceria de equivalência e igualdade. "Por fim, um pilar fundamental é identificar na escolha conjugal um parceiro ou parceira com semelhanças suficientes para gerar cumplicidade e trocas".

O professor da Universidade Vila Velha (UVV) e coordenador da pesquisa, Fabrício Azevedo, destaca valores importantes para os casais superarem as dificuldades ao longo da relação. "Se há respeito, carinho e amor genuíno, o casal consegue superar os obstáculos".

UNIÃO

Já no ensino fundamental, o supervisor escolar Renan Bermudes, 40, e a empresária Elisângela Bermudes, 40, iniciaram uma trajetória inesperada de vida. No começo, eles dizem que não se davam tão bem: brigavam e discutiam, mas, no fim, a implicância escondia um sentimento compartilhado por ambos.

Aos 16 anos, eles começaram a namorar e, desde então, estão juntos. "Fomos os primeiros namorados um do outro. Hoje, temos dois filhos e construímos uma linda história", contam eles, orgulhosos da união.

O casal acredita que compartilhar objetivos, respeito e valores em comum estão entre os segredos de um relacionamento duradouro e feliz. "Acreditamos que há uma única explicação: Deus em nossas vidas. Além disso, o respeito de ambos e uma sinergia muito legal de nossas personalidades. Às vezes, somos muito diferentes, mas também incrivelmente parecidos".

E eles contam como contornam os desafios cotidianos. "Dialogando muito. Sabemos quais são os nossos objetivos, nossas limitações e nossas forças. Quando juntamos tudo isso com a soberania de Deus, é vitória garantida".

KADIDJA FERNANDES/AT



ELISÂNGELA e Renan Bermudes, ambos de 40 anos, começaram a namorar aos 16. "Temos dois filhos e construímos uma linda história", contam



> "A pesquisa demonstra que o casamento, como qualquer relacionamento, não é perfeito"
>
> **FABRÍCIO AZEVEDO**, professor da UVV e coordenador da pesquisa de opinião sobre percepções do casamento



> "Uma pessoa que não cuida de si, não vai conseguir cuidar da outra. É importante que o casal compreenda que cada um precisa se cuidar"
>
> **ALEXANDRE VIEIRA BRITO**, psicólogo e professor do Unesc

Construir uma vida a dois é escolha diária

O casamento é uma das mais importantes escolhas da vida. Ao realizá-la, os votos de compromisso incluem amar na alegria e na tristeza, na saúde e na doença, na riqueza e na pobreza. A construção de uma vida conjugal saudável e feliz é uma escolha diária.

O psicólogo Gerson Abarca explica que a relação precisa ser cultivada pelo casal, principalmente porque, ao longo do tempo, tarefas da rotina tendem a distanciar os cônjuges.

"No cotidiano familiar, é comum que o romance se dilua, com foco apenas no coletivo familiar, esquecendo-se do casal. No entanto, o romance precisa ser continuamente cultivado. Assim como uma planta deve ser regada para continuar a florescer e dar frutos, o casamento precisa de cuidado constante para se fortalecer e prosperar".

O psicólogo Alexandre Vieira Brito também aponta valores fundamentais para o cotidiano do casal. "É importante que haja uma confiança, que precisa vir casada com o respeito, com uma comunicação que não seja violenta. O casal precisa se admirar, falar para o outro aquilo que pensa".

DIVULGAÇÃO



GERSON ABARCA: cuidado

ANÁLISE

"É importante respeitar os traços pessoais"



Inêz Torres, psicóloga e psicanalista

"Podemos pensar que os casais se unem, em sua maioria, por relações de amor. E as formas de amar são distintas e falam muito dos traços e marcas de cada um: da história pessoal e familiar, do que cada um apreendeu nessas relações primeiras que o constituíram como sujeito desejante e de suas marcas inconscientes.

E que pilares conjugam na vida de casal? Tendo em vista, inicialmente, que cada casal funciona numa dinâmica muito particular, o que são "pilares" para um casal não necessariamente funcionam para outros casais. Assim, e considerando as relações cotidianas, digamos que alguns pontos podem ser valiosos.

É importante respeitar os traços pessoais, subjetivos de cada um, de si mesmo e do outro, evitar o excesso de cobranças, aceitar as diferenças, escutar ao outro e a si mesmo e não exigir 'verdades totais', por exemplo.

Caso haja impasses nessas relações que estejam provocando sofrimento, pode ser o momento de buscar ajuda profissional".

Eufrázio

Cidades

Vencedores do Big Brother que "torraram" todo prêmio

Nomes como Cida, Dhomini e Paula Von Sperling assumem que gastaram o dinheiro por falta de controle financeiro

RIO DE JANEIRO

O valor do prêmio do BBB (Big Brother Brasil) durou pouco tempo na conta bancária de alguns vencedores do programa. Campeões do reality show — que estreia a 25ª edição amanhã, por volta das 22h25 — relataram, nos últimos anos, que se viram em meio a dívidas depois de deixarem o reality show e "torrarem" a quantia sem qualquer controle.

É o caso de Paula Von Sperling (do BBB 19), Dhomini (do BBB 3), Cida (do BBB 4), Max (do BBB 9) e Rodrigo Cowboy (do BBB 2).

Em entrevista ao jornal "Extra", em 2020, Rodrigo Cowboy contou que utilizou o valor do prêmio (à época, R$ 500 mil) para adquirir imóveis para as filhas, tornar-se inquilino de uma fazenda e comprar mil bezerros, por R$ 350 cada.

Após a gastança, os negócios minguaram e precisou morar de aluguel em Ribeirão Preto, no interior de São Paulo.

Depois, o paulista, que hoje trabalha como corretor de imóveis, perdeu os bezerros, a fazenda que alugou e os apartamentos que deu para as suas duas filhas de seu primeiro casamento. Ficou sem nada no bolso.

"Continuo no que chamo de luta", contou ele, na ocasião. "Hoje em dia estou treinando cavalos e faço os meus negócios de corretagem. Tenho uma representação de ração de cavalos".

Há dois anos, Rodrigo Cowboy se juntou a Dhomini e Max Porto para estrelar o comercial de um banco. Na campanha publicitária, o trio assumia que, devido à ausência de controle financeiro, acabou abandonando muito rápido o posto de milionário. Em meses, saíram do "tudo" para o "nada".

Em 2022, Max ressaltou que, do montante que recebeu como campeão do programa — R$ 1 milhão —, pouco mais de uma década depois do fim do reality, "não sobrou nenhum centavo".

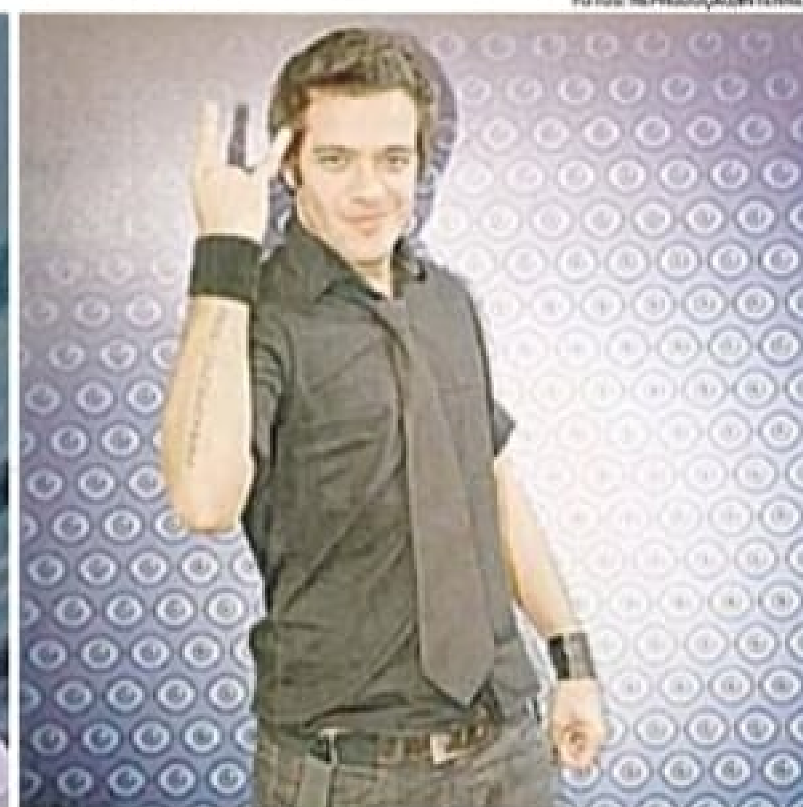
"O prêmio, para mim, foi um 'vale-sonho'. De lá para cá, eu me endividei bem", contou ao Globo, em 2022. Na edição 2025, o valor do prêmio é R$ 3 milhões.

"Continuo no que chamo de luta. Hoje em dia estou treinando cavalos e faço os meus negócios de corretagem"

Rodrigo Cowboy, vencedor do BBB 2

FOTOS: REPRODUÇÃO/INTERNET





RODRIGO Cowboy, do BBB 2, e Max, do BBB 9, admitem que valor do prêmio ficou na conta bancária pouco tempo

QUE FIM LEVOU?

ARQUIVO PESSOAL





"Não vivo do prêmio"

Dhomini — que viveu um romance com Sabrina Sato no confinamento — viu parte do dinheiro do "BBB 3" escoar num posto de gasolina mal administrado e em gastos no setor imobiliário. Passada a má fase, ele conta que conseguiu recuperar (e até quadruplicar) o valor do prêmio com novos investimentos.

"Fiz investimentos. Errei algumas vezes, acertei outras. Tenho uma casa confortável hoje, mas eu não vivo mais do prêmio. Tem que ter um rendimento mensal para ter vida próspera. Fica a dica pra quem vem aí", aconselha.

"Dinheiro é pra quê?"

Meses depois de conquistar o primeiro lugar no BBB 19, a mineira Paula Von Sperling da cidade de Lagoa Santa já não tinha mais nada do prêmio de R$ 1,5 milhão. Paulinha, como era chamada, apostou na carreira de influenciadora digital. No Instagram, ela arrebanha 3 milhões de seguidores, o que lhe garante renda com publicidade.

"A pergunta que não quer calar: e o prêmio do BBB", questionou uma seguidora de Paula, há seis anos, por meio das redes sociais. A ex-BBB, então, confessou: "Já gastei. Dinheiro é pra quê?", questionou ela, dando gargalhadas.







Virou dona de casa

A babá Cida Santos, primeira mulher a vencer o reality no BBB 4, também já não possui mais nada do prêmio. Pouco depois de deixar o confinamento, Cida emprestou dinheiro para amigos e foi fiadora do imóvel de uma ex-assessora — na ocasião, ela acabou tendo que assumir uma dívida da propriedade. Sem emprego fixo, vendeu bolo de pote para sobreviver.

Atualmente, aos 40 anos, mora em Itaguaí, Rio de Janeiro, com o marido, que é entregador. Cida é dona de casa e faz trabalhos nas redes sociais esporadicamente.

Olinda tem 1ª fazenda de cannabis no País

RECIFE

Utilizada para fins terapêuticos, mas estigmatizada por conta de seu uso recreativo, a maconha já conta com um novo status e começa a ser cultivada em escala industrial no Brasil.

Um exemplo disso é a fábrica da associação Aliança Medicinal, a primeira "fazenda urbana" de cannabis do País, localizada em Olinda, Pernambuco.

Segundo a instituição criada em 2020, a unidade funciona desde março de 2023, quando a associação obteve autorização da Justiça para cultivar a erva e produzir remédios à base de maconha.

As medicações consistem num óleo extraído das flores da planta fêmea da cannabis que são usadas no tratamento de doenças como depressão, epilepsia e Parkinson. Os produtos terapêuticos não geram os efeitos psicoativos da droga.

A "fazenda" funciona dentro de um galpão numa área de mil metros quadrados, no bairro da Vila Popular, em Olinda, no Grande Recife.

No local, as mudas são cultivadas e mantidas em 10 contêineres a temperaturas que variam de 22 a 30 graus até o momento em que o extrato da flor é retirado para a produção do óleo.

"A gente desenvolveu um módulo produtivo, automatizado, em que a gente consegue simular as estações do ano e dar a melhor condição de que a planta precisa para desenvolver as substâncias necessárias para fazer o medicamento", explicou o diretor-executivo da Aliança Medicinal e engenheiro agrônomo Ricardo Hazin Asfora.

O local produz em torno de 2 mil frascos de 30 mililitros por mês, a um custo médio que vai de R$ 150 a R$ 500. Os valores correspondem ao preço dos produtos distribuídos pela entidade, que hoje tem cerca de 9 mil associados em todos os estados do País.

Além do produto, os usuários pagam pelo frete, que custa a partir de R$ 10 para o Grande Recife, R$ 45 para outros estados do Nordeste e R$ 70 para as demais regiões.

ARQUIVO/AT



ÓLEO é extraído das flores

Eufrázio



MAIS UMA CHANCE PARA VOCÊ GANHAR UMA TV DE 55''!



Próximo sorteio
21 de fevereiro

No TN1, a partir das 12h

Confira regulamento e Lei Geral de Proteção de Dados no portal www.tribunaonline.com.br.
Premiação: 01 Smart TV LG 55QNED75SRA (imagem ilustrativa). O valor não será revertido em dinheiro.















APOIO



Eufrázio

Praias, lazer e badalação em Anchieta

Com 30 quilômetros de litoral, o município, no Sul do Estado, tem 23 belas praias, que são destino de muitos turistas no verão

Kamila Rangel*

O município de Anchieta, a aproximadamente 80 quilômetros de Vitória, é um dos mais antigos do Espírito Santo. Com 445 anos, une a riqueza histórica e cultural, os atributos naturais e uma rede de empreendimentos, oferecendo aos visitantes experiências memoráveis.

As belas praias de Anchieta são cobiçadas pelos turistas. Ao longo de 30 quilômetros de litoral, existem 23 delas, que agradam a diferentes perfis de pessoas.

Ubu, por exemplo, distante oito quilômetros da sede, é uma vila de pescadores tranquila, mas, no verão, a calmaria dá lugar à agitação provocada pelo aumento do volume de visitantes. Quem circula por lá, inclusive, encontra, no calçadão à beira-mar, uma cruz com significado histórico.

Conta a história que, quando o padre José de Anchieta morreu, os indigenas transportaram o corpo dele em uma rede até Vitória. Em certo ponto do percurso, onde hoje fica essa cruz, o corpo caiu. Os indígenas, então, começaram a falar a palavra Ubu, que, em tupi-guarani, significa queda.

A Praia de Castelhanos é o destino certo para quem quer se divertir. Quando a maré está baixa, formam-se por lá várias piscinas naturais. Com diversos quiosques e restaurantes, a faixa de areia fica cheia de cadeiras, ocupadas por quem gosta de tomar banho no mar ou só apreciá-lo.

O balneário de Iriri também tem praias badaladas, como a da Areia Preta, a Praia dos Namorados, Costa Azul, Inhaúma e Santa Helena. Ao longo do ano, possui um agitado calendário de eventos, como Festival de Frutos do Mar, Forró Bobó e Iriri Motofest.

O encantador mar azul de Anchieta compõe cenários propícios à diversão em qualquer estação, mas, nesta época do ano, a badalação é impulsionada pelas programações de verão. Hoje, por exemplo, a partir das 16 horas, tem show de Léo Zanol e Banda na Praia do Coqueiro.

No próximo fim de semana, haverá diversas atrações no Centro, na Praça de Iriri, em Castelhanos e em Ubu, como shows, orquestra e cinema. Na sexta (17), Samir Carim e Banda vão agitar a Praça de Iriri. No sábado (18), tem show de Mulekagem do Samba, no Centro; Banda Astral, em Ubu, e Tardezinha com Banda Uau, em Castelhanos, entre outras atrações.

*KR Comunicação

DIVULGAÇÃO



UBU é um dos balneários que atraem milhares de visitantes nesta estação





Turismo náutico

Em Anchieta, uma dica é fazer passeios de lancha até praias e ilhas da região. A agência Capitão Grilo tem até roteiro com degustação de ostras extraídas na hora. A duração e o valor dos passeios variam de acordo com o roteiro escolhido. Contato: (27) 99833-5447



Ecoturismo e desenvolvimento sustentável

O Parque Sede da Reserva de Desenvolvimento Sustentável (RDS) Papagaio, em Anchieta, é um lugar especial para a prática do ecoturismo. Inaugurado em 2021, o parque fica entre os bairros Nova Jerusalém, Benevente e Nova Esperança, a dois quilômetros do centro da cidade. Com trilha, viveiro de mudas de árvores nativas, circuito para caminhada e mirante, ele é a sede de uma unidade de conservação que possui mais de 1700 . O parque abre todos os dias, das 7h às 18h. A entrada é gratuita. Contato: (28) 99257-6879



Tartarugas marinhas

Em Anchieta, mais especificamente em Guanabara, há uma base do Instituto de Pesquisa e Conservação Marinha (IPCMar), que, além de desenvolver ações de pesquisa e conservação das tartarugas marinhas, promove atividades de conscientização sobre a conservação do meio ambiente. Por meio do turismo de experiência, o instituto também faz um importante trabalho de educação ambiental. Uma das vivências mais apreciadas por moradores e visitantes é a abertura de ninhos de tartarugas para o público.Os filhotes saem dos ovos e vão em direção ao mar, encantando os espectadores. Os dias em que acontecem as aberturas não são programados, mas, assim que confirmados, são informados pelo IPCMar no perfil @ipcmar_, no Instagram. O instituto funciona de terça a sábado, das 8h30 às 12h e das 13h às 17h. Contato: (28) 99983-3267.



Venha viver as melhores férias da sua vida!
Diversão, alegria, recreação e muito mais!
Faça já sua reserva e aproveite!
(27) 3441-9770
www.hotelfazendachinapark.com.br
Lugar de gente feliz!



Eufrázio

ANCHIETA

Arte, história e religião no roteiro

Conhecer Anchieta é imergir em uma experiência rica em história, religião e arte. O município abriga um dos principais atrativos religiosos do Estado, o Santuário Nacional de São José de Anchieta, cujo museu em anexo também ajuda a contar a trajetória dos jesuítas em terras capixabas. Além disso, a cidade é referência na arte de transformar taboa em belos acessórios e objetos de decoração.

O Santuário Nacional de São José de Anchieta foi construído em homenagem ao espanhol que, após ingressar na Companhia de Jesus, em Portugal, foi um dos mais importantes padres jesuítas que vieram para o Brasil com a missão de catequizar indígenas.

O lugar é o destino de milhares de fiéis que, anualmente, no feriado de Corpus Christi, percorrem os Passos de Anchieta, reconstituindo o deslocamento que o padre fazia entre a Vila de Rerigtiba, atual cidade de Anchieta, e a Vila de Nossa Senhora da Vitória, onde cuidava do Colégio de São Tiago, hoje Palácio Anchieta, sede do governo do Estado.

"São José de Anchieta construiu uma bela trajetória no nosso País e tem grande importância para a história do Espírito Santo. Não à toa foi beatificado em 1980 pelo Papa João Paulo II e canonizado em 2014 pelo Papa Francisco", comentou o historiador e monitor do Santuário, Fabrício de Noronha Lima.

O Santuário abre todos os dias, com missas às segundas, às 19h; às terças e aos sábados, às 9h e às 19h. Aos domingos, às 8h, às 10h30 e às 19 horas.

No museu, em anexo, dá para fazer uma viagem pela história dos jesuítas. As visitas guiadas são de segunda a sábado, das 9h às 17h.

Outro ícone de Anchieta é o artesanato das artesãs de Mãe-Bá, um grupo de mulheres que transforma taboa em lindos acessórios e objetos de decoração.

A taboa é um vegetal aquático que elas extraem na lagoa de Mãe-Bá, a segunda maior em extensão no Espírito Santo.

"Nossa arte é uma importante fonte de renda para cada uma de nós. Mais do que isso, é fonte de superação, porque muitas mulheres encontraram no artesanato com taboa uma forma de enfrentar desafios físicos e emocionais", contou Carmelita Nascimento Furlan, líder do grupo.

As peças podem ser adquiridas pela internet, no perfil @artesanatomaeba, no Instagram, e pelo telefone (28) 99910-4208.

KAMILA RANGEL



SANTUÁRIO Nacional de São José de Anchieta: atrativo histórico e religioso recebe milhares de turistas por ano

KAMILA RANGEL



CARMELITA Nascimento Furlan, Creuza Alves e Luiza Oliveira são algumas das artesãs de Mãe-Bá, que fazem arte com taboa

Agroturismo ganha força no Circuito dos Imigrantes

Turismo em Anchieta se faz, também, na zona rural. No Circuito dos Imigrantes, há diversos empreendimentos que abrem as portas para os visitantes.

Na segunda metade do século XIX, o município, que na época se chamava Vila de Benevente, recebeu milhares de italianos. As tradições dos colonos são preservadas até hoje e se transformaram, inclusive, em negócios que refletem no potencial turístico da cidade.

A empresária Angela Bonadiman Mulinari comanda, ao lado do marido, uma fábrica de sorvetes em Baixo Pongal. A Sorvetes Anjos abre as portas para o público conhecer a produção dos diversos sabores de picolés e sorvetes, a maioria feita com frutas da região.

"Além disso, a sorveteria, que fica bem ao lado, é um atrativo para moradores e turistas", contou Angela.

A sorveteria abre todos os dias, das 9h às 18h, e as visitas à fábrica devem ser agendadas pelo telefone (28) 99968-2200.

Em Córrego da Prata, o Matheus Rigoni é a quarta geração à frente do negócio da família, o alambique Cachaça Pratinha.

"Por aqui, temos o maior prazer de apresentar o alambique aos visitantes, que também podem degustar e adquirir as nossas bebidas", frisou.

As visitas são realizadas de segunda a sábado, com agendamento pelos telefones (28) 99942-9702 e (28) 99951-9295.

KAMILA RANGEL



MATHEUS Rigoni: alambique

KAMILA RANGEL



ANGELA Mulinari: Sorvetes Anjos



Luxo e conforto na beira do mar de Iriri

O município de Anchieta possui uma ampla rede hoteleira, com diversas opções de hospedagem.Um dos hotéis famosos na cidade é o Espadarte,em Iriri,com aproximadamente 50 anos de tradição. O hotel dispõe de uma estrutura de ponta para receber os turistas. São diferentes tipos de suítes, entre as quais há acomodações com banheira de hidromassagem e vista para o mar. O Espadarte também tem área de lazer com piscina e possui restaurante, com um cardápio cheio de receitas saborosas feitas com frutas do mar. E, por falar no cardápio, o hotel oferece aos hóspedes a comodidade e o conforto de desfrutar dessas delícias à beira-mar, com o serviço exclusivo na areia da praia.



ONDE COMER E FICAR

Hotel Espadarte
> **EM IRIRI**. Tel.:(27) 99936-0011

Pousada da Meméia
> **EM IRIRI**. Tel.: (28) 99911-0299

Hotel Pontal das Rochas
> **EM IRIRI**. Tel.: (28) 99959-1031

Hotel Pontal de Ubu
> **EM UBU**. Tel.: (27) 99915-2309

Pousada Pau Brasil
> **EM UBU**. Tel.: (28) 3536-5619

Pousada Canto da Praia
> **NA SEDE**. Tel.: (28) 99920-6508

Pirá Restaurante
> **NO MERCADO** de Peixe. Contato: (28) 99949-0329

Moqueca do Garcia
> **EM UBU**. Tel.: (28) 99273-3308

Gilson Bar e Restaurante
> **EM IRIRI**. Tel.: (27) 99944-5885

Recanto da Pedra
> **EM IRIRI**. Tel.: (28) 3534-1599

Batelão Moquecaria e Restaurante
> **NA PRAIA** de Castelhanos. Contato: (28) 99944-4764

Sapore D'Itália
> **EM ALTO** Pongal. Contato: (28) 99917-2352

Dom Bernardo Restaurante
> **EM ALTO** Pongal. Contato: (28) 99904-3427

Próximo destino

Ao longo da semana, o turismo em Anchieta será destaque, também, na programação das rádios Tribuna FM Vitória e Cachoeiro e Legal FM. Na quinta (16), os amigos do TN1 poderão conferir um pouco do que vai rolar no próximo Caçadores de Destinos, que vai ao ar na íntegra no sábado (18), a partir das 18h50, com reprise no domingo (19), às 8h. Será um passeio cheio de aventura e belas paisagens na Grande Vitória!



REGIONAL

FOTOS: ROBERTA BOURGUIGNON

Em busca de "tesouros" perdidos nas praias

Munidos de detectores de metais e fones de ouvido, praticantes do "detectorismo" acham de joias a celulares na areia e no mar

Roberta Bourguignon
GUARAPARI

Durante o verão, Guarapari, a cidade que mais recebe turistas do Estado, se transforma em um verdadeiro paraíso para os detectoristas.

Profissionais e amadores, armados com detectores de metais, eles percorrem as praias em busca de "tesouros" perdidos na areia e no mar, como alianças, moedas, cordões e até celulares.

A atividade tem ganhado cada vez mais adeptos, especialmente na alta temporada, quando as praias estão lotadas à procura de diversão e, quem sabe, de um tesouro perdido.

Claudinei Medeiros, 49 anos, é um dos mais experientes detectoristas. Com 11 anos de carreira, ele já percorreu diversas praias brasileiras e afirma que, embora encontre ouro o ano inteiro, a época de verão, com o aumento de turistas em Guarapari, facilita a busca.

"Aprendi na prática. A cada ano que passa, a evolução é constante. As pessoas perdem mais durante as festas e os passeios", conta ele, que se dedica à atividade como profissão, sempre em busca de novidades.

Reinaldo Lopes, de 56 anos e aposentado, também se dedica à atividade, mas por prazer. "Resgatei duas alianças para um cliente. Eles ficaram muito agradecidos. Para mim, é uma forma de passar o tempo e ainda ajudar os outros", diz.

Já Alan Robert da Silva, de 45 anos, vê o detectorismo como uma forma de unir o útil ao agradável durante suas férias. "Encontrei uma pulseira de prata e um cidadão me pediu de volta. Pedi provas, pois sabemos que há muita gente querendo enganar. Ele descreveu a pulseira com perfeição e entreguei sem cobrar nada. Mas eu vou por lazer, e aproveito para fazer uma caminhada", relata ele.

Entre os itens mais comuns encontrados pelos detectoristas estão alianças, cordões, pulseiras, relógios, moedas e celulares.

As ferramentas utilizadas incluem detectores de metais, pás pequenas e fones de ouvido, que auxiliam na detecção do metal de maneira precisa. O trabalho não é fácil.

Bernardo, de 9 anos, e seu pai, Gleiston Pinto, de 39, começaram se apaixonando pela atividade. Apesar de estarem há apenas um mês na prática, Gleiston já planeja investir em um equipamento melhor para otimizar a busca.



REINALDO LOPES e Claudinei Medeiros (à frente), Gleiston, o filho Bernardo, e Alan Robert: aventura

Procura por objetos na areia vira passatempo

Há mais de dois anos, o aposentado Pedro Rodrigues, de 74 anos, decidiu transformar sua paixão por exploração em uma nova atividade. Ele comprou um detector de metais e começou a percorrer as praias de Guarapari em busca de objetos perdidos.

O que começou como uma curiosidade logo se transformou em um passatempo prazeroso, e ele já encontrou mais de R$ 500 em moedas, além de carrinhos de brinquedo, pingentes e até um cordão de prata.

Para Pedro, a busca por tesouros na areia é muito mais que uma caça a objetos valiosos. "Virou uma terapia", ele diz, com um sorriso no rosto. "É como um exercício diário, e cada descoberta traz uma alegria renovada. Quando era criança, usava um imã para pegar objetos da areia. Agora, com o detector, encontrei coisas incríveis".

Com um aparelho simples que custou R$ 400, Pedro não se arrisca a ir na água, prefere se concentrar na areia, onde realiza sua busca com dedicação.

Ele visita várias praias de Guarapari, como a Enseada Azul, o Centro, Praia do Morro, sempre nas primeiras horas da manhã. Seu objetivo é caminhar por pelo menos três horas.



PEDRO Rodrigues: exercício diário

Engenheiro encontra anel de 12 mil

Para o engenheiro Juversino Rodrigues, de 52 anos, um passeio nas praias do Espírito Santo nunca está completo sem o seu detector de metal. Há 12 anos praticando o detectorismo, ele aproveita os momentos de lazer com a família para explorar a areia e, quem sabe, fazer uma descoberta valiosa.

Em uma dessas caminhadas, na praia de Santa Mônica, Juversino encontrou um anel que, mais tarde, foi vendido por R$ 12 mil.

"Era um anel com dois diamantes. Acredito que seja de algum mestre da irmandade maçônica, mas isso não importa tanto. O que importa é a história por trás de cada descoberta", conta ele.

Morador de Vitória, Juversino percorre as praias da região com o aparelho em mãos, indo de Piúma até Guarapari, sempre em busca de algo interessante. "Não vou atrás de ouro, mas sim de diversão. A cada descoberta, a caminhada se torna ainda mais prazerosa. Em Guarapari, encontro muitos objetos legais", diz.



JUVERSINO Rodrigues: diversão

Para Juversino, o detectorismo é mais do que um hobby, é uma maneira de aproveitar os momentos ao lado de quem gosta, enquanto explora o desconhecido e acumula histórias que vão além do valor das coisas encontradas. "É o exercício e a diversão que fazem essa atividade especial. E, claro, o cofre nunca fica vazio", ressaltou.

SAIBA MAIS

Detector custa até R$ 50 mil

> O CUSTO de um detector de metal pode chegar a R$ 50 mil.

> O DETECTORISMO é uma prática utilizada há mais de 95 anos e, no Brasil, está se tornando cada vez mais popular, com o objetivo principal de buscar objetos perdidos ou enterrados.

> OS DETECTORES de metal são usados em diversas áreas, como segurança, em aeroportos e penitenciárias, arqueologia e prospecção.

> O INSTITUTO do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) é responsável pela preservação do Patrimônio Cultural Brasileiro e destaca a importância de respeitar as regras de caça ao tesouro em sítios arqueológicos.

> É PROIBIDO e considerado crime contra o Patrimônio Nacional utilizar, destruir ou mutilar sítios arqueológicos antes que eles sejam devidamente pesquisados.

> QUANDO um praticante de detectorismo encontra objetos de valor histórico, ele deve manter o local intacto e comunicar o achado ao Iphan, evitando escavações. Além disso, qualquer pesquisa arqueológica precisa ser autorizada pelo Iphan.

Eufrázio

Uma colônia de férias só para quem já passou dos 60 anos

Você sabia?
A manutenção da cognição na pessoa idosa é fundamental para a prevenção do comprometimento cognitivo e a minimização da dependência e da incapacidade para o seu autocuidado.

Centro de Convivência da Pessoa Idosa de Jardim América promove oficinas para garantir a diversão da turma da terceira idade

Will Anholetti

Em meio ao verão capixaba, uma iniciativa vem provando que diversão não tem idade. Em Cariacica, 200 alunos com mais de 60 anos têm se encontrado para jogar, dançar e se divertir na colônia de férias exclusiva para idosos do Centro de Convivência da Pessoa Idosa (CCPI) de Jardim América.

Danyelle Lírio, secretária de Assistência Social de Cariacica, conta que esses alunos já frequentam o centro ao longo do ano e podem escolher oficinas como teatro, dança e artesanato.

"A intenção é trazer esse clima de férias para os alunos, mas sem deixar de lado as atividades. Na colônia de férias eles movimentam o corpo e trabalham a coordenação motora e a sociabilidade".

As atividades da colônia de férias já começaram e seguem até o final do mês, de segunda a quinta-feira, das 8h30 às 10h30.

"São atividades como bingo, quebra-cabeça, boliche, bocha e torneio de dominó. Este já é o terceiro ano que o projeto acontece".

Quem está aproveitando as atividades é a aposentada Ivonete Barcelos do Nascimento do Rosário, 68 anos, que, junto com as amigas Elizabeth Trancoso, 69, Aberacy Miranda, 83 e Luzia Borges de Lima, 70, está se divertindo.

"É a primeira vez que participo da colônia de férias. Essa é uma oportunidade de interagir e se comunicar. A colônia está sendo ótima, com brincadeiras boas, e ajudam até na saúde. A gente chega com problemas, mas, conversando, percebe que não são tão grandes. Um dá um conselho para o outro, e isso limpa a mente".

Ela conta que já frequenta o CCPI há um ano e oito meses. "Antes eu era muito travada, tímida. Achava que não sabia conversar com as pessoas. Agora estou mais solta".

OFICINAS

Luzia Borges já está em sua segunda colônia de férias do CCPI. Ela conta que adora as oficinas oferecidas pelo local.

"Não perco nenhuma aula. Só deixo de ir se tiver consulta médica. Durante o ano faço aulas de violão, teatro e dança. E agora, durante as férias, estou frequentando a colônia de férias".

Luzia conta que essa é uma ótima oportunidade para rever os amigos. "A gente se reúne, brinca e se diverte, e faz as atividades que fazem bem à nossa saúde corporal e mental".

FOTOS: KADIDJA FERNANDES/AT



IVONETE BARCELOS, Elizabeth Trancoso, Aberacy Miranda e Luzia Borges de Lima: alegria durante as férias

DIVERSÃO ENTRE AMIGOS



"A gente interage muito"

Esta é a segunda vez que a aposentada Terezinha Patrocínio Soares, de 70 anos, está participando da colônia de férias do Centro de Convivência da Pessoa Idosa (CCPI) no bairro Jardim América, em Cariacica. Ela adorou a experiência anterior e retornou neste ano.

"Como o Centro de Convivência entra em férias, eles promovem essa colônia para juntar os dois turnos em um horário só. Vira uma festa. A gente interage muito. Os jogos e atividades são diversificados", destaca Terezinha.

Durante o ano, ela faz oficinas de dança, teatro e ginástica. Terezinha conta que antes ela estava meio deprimida.

"Lá, a qualidade de vida é maravilhosa. Temos contato com outras pessoas, interagimos, é como uma família. Quando não vamos, sentimos falta".

Além dela, os amigos Maria Madalena Torres, 70, Luiz Vencancionda Silva, 77, e Katia Regina Cunha, 61, também estão se divertindo muito. "Trata-se de uma momento de alegria no nosso dia a dia", dizem.

FIQUE POR DENTRO

Atividades para idosos na Grande Vitória

Colônia de férias para idosos

> EM CARIACICA, com o recesso das aulas do Centro de Convivência da Pessoa Idosa (CCPI), os idosos estão vivendo uma verdadeira colônia de férias.

> SÃO 200 ALUNOS acima de 60 anos que, durante a colônia, participam de atividades como quebra-cabeça dançante, boliche, bocha e torneio de dominó.

> OS ENCONTROS acontecem de segunda a quinta-feira, sempre das 8h30 às 10h30.

Quem pode participar?

> IDOSOS ACIMA de 60 anos, moradores de Cariacica. Devem comparecer presencialmente, com os documentos pessoais, à unidade, e realizar a inscrição.

> UMA ANÁLISE de perfil social será feita, para dar prioridade a idosos que estão em situação de abandono ou em situação de isolamento social.

Vitória

> NA ARENA DE VERÃO, às segundas, quartas e quintas acontecem as aulas de ginástica, das 7h às 8h, onde os professores propõem alongamentos e circuitos.

> NAS TERÇAS e quintas, das 7h às 8h, tem o aulão de ioga.

> JÁ NA PARTE DA TARDE, segundas, terças, quartas e quintas, ocorre o circuito funcional, das 17h às 18h, com aulas elaboradas pelos professores de acordo com os limites de cada aluno.

> AS ATIVIDADES seguem semanalmente até o próximo dia 26.

Serra

> NA SERRA, os idosos podem aproveitar diversas atividades nos Centros de Convivência da Pessoa Idosa.

> AS ATIVIDADES são hidroginástica (Feu Rosa, Porto Canoa e Serra-Sede), ginástica e alongamento (Barcelona, Hélio Ferraz e Nova Almeida), grupos de convivência (Barcelona, Porto Canoa, Novo Horizonte, Eldorado, Jardim Carapina e Boa Vista) e oficina de artes (Porto Canoa).

> PARA PARTICIPAR: Basta procurar o local com documento de identificação e verificar a disponibilidade de vagas.

Viana

> OS CENTROS de Referência de Assistência Social (Cras) e o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos de Viana prepararam atividades para idosos e crianças.

> SÃO REALIZADAS atividades como jogo da velha com cones no chão, jogo da memória, jogo da garrafa com cores, caixa de sensações, bingo, mestre mandou com bexigas, Qual é a música, karaokê, percurso do equilíbrio, Twister, campo minado, desenho maluco, oficina de vasos de argila e tarde de jogos.

> NO CRAS Vale do Sol (segunda e quarta, 8h30 às 11h30); no Cras Campo Verde (terça, 14 às 16h, para idosos; e terça e quinta, 8h30 às 11h30); no Cras Marcílio de Noronha (segunda e quarta, 13h30 às 15h30), e no Cras Viana-Sede (terça e quinta, 13h30 às 15h30).

Vila Velha

> A PREFEITURA de Vila Velha foi procurada, mas não deu retorno até o fechamento da reportagem.

Fonte: Prefeituras citadas.


TORNEIO de dominó para idosos em Cariacica é uma das atividades

Eufrázio

Cidades

FÉRIAS ESCOLARES

Diversão em hotéis e parques aquáticos a partir de R$ 70

Você sabia?

É possível acessar as áreas de lazer do Hotel-Fazenda China Park por duas vias: se hospedando ou pelo chamado "Passaporte Day use", que dá direito a curtir todas as atrações, em um único dia. Entre R$ 110 e R$ 340. Há pacotes para mais de um dia com descontos.

Piscina, toboágua, tirolesa, passeio a cavalo e saborosas refeições são as opções oferecidas para curtir o dia em família

Carla Nigro

Em pleno verão, com as crianças nas férias escolares, nem todo mundo conseguiu viajar. Por isso, a opção "day use" tem se tornado cada vez mais popular.

Trata-se de adquirir um passe para passar o dia inteiro aproveitando diversas atrações, que vão desde as refrescantes, como toboáguas e piscinas, até as emocionantes, como tirolesa, por exemplo.

No Espírito Santo, parques aquáticos e hotéis adotam essa modalidade, permitindo que não sócios usem suas instalações para curtir um dia de diversão com a família, com valores a partir de R$ 70 (meia).

Este é o caso do Acquamania, em Guarapari. "Comprando o ingresso, a pessoa pode aproveitar todas as atrações em funcionamento no dia até o parque fechar. São mais de 25 ao todo", conta Letícia Ribeiro, assistente de marketing do Acquamania.

Ela destaca o "rio lento" para quem quiser relaxar e, para os aventureiros, os toboáguas Kamikaze.

Em Domingos Martins, o Hotel-Fazenda China Park é uma ótima opção para ter um bom dia com a família. "Nós sempre falamos que a pessoa vai viver momentos inesquecíveis de alegria no parque", promete Vania Santos, diretora comercial do China Park.

FOTOS: DIVULGAÇÃO





CHINA PARK conta com parque aquático, teleférico, tirolesa, recreação, entre outras atrações

Se depender do cardápio de atrações, então, não vai faltar opções de diversão: parque aquático com toboáguas e cachoeira artificial, centro termal com piscinas e ofurôs de águas quentinhas, teleférico, tirolesa e muito mais.

Para quem busca uma diversão mais em conta, uma dica é a Fazenda Parque Vale do Moxuara, em Cariacica. Com um ingresso de R$ 20, é possível aproveitar piscinas, visitar os animais e muito mais. Entretanto, algumas atrações, como arvorismo, passeio a cavalo e pesque e pague, são cobradas à parte.

CONFIRA ALGUMAS OPÇÕES

Hotel-Fazenda China Park

- LOCAL: Rodovia BR-262, Km 72, proximo à Pedra Azul, em Domingos Martins.
- HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: De segunda a segunda, das 10h às 17h.
- ATRAÇÕES: Parque aquático com toboáguas e cachoeira artificial, centro termal com piscinas e ofurôs de águas quentinhas, teleférico, tirolesa, recreação durante todo o dia, entre outras atrações.
- ALIMENTAÇÃO: Restaurante self-service que serve café da manhã, almoço, café da tarde e jantar. Cafeteria Pepe Patisserie todos os dias, das 12h às 19h.
- VALORES: É possível acessar as áreas de lazer do hotel por duas vias: se hospedando ou pelo chamado "Passaporte Day use", que dá direito a curtir todas as atrações, em um único dia. Entre R$ 110 e R$ 340. Há pacotes para mais de um dia com descontos. Crianças com até 5 anos não pagam. Estudantes e pessoas acima de 60 anos pagam meia.
- MAIS INFORMAÇÕES: (27) 3441-9770 ou www.hotelfazendachinapark.com.br

Acquamania

- LOCAL: ES-477, s/n, Amarelos, em Guarapari.
- HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: Até o dia 2 de fevereiro, o Acquamania está funcionando todos os dias, das 10h às 17h.
- ATRAÇÕES: São mais de 25 atrações. Os destaques são rio lento, kamikazes, navio pirata, corredeiras, piscina com ondas, vários toboáguas e muito mais.
- VALORES: Comprando antecipadamente no site, o ingresso custa R$ 70 (meia) e R$ 140 (inteira). Já na bilheteria, o preço sai a R$ 80 (meia) e R$ 160 (inteira). Crianças abaixo de um metro não pagam.
- OBS: Nos finais de semana de janeiro, os ingressos só estão sendo vendidos nas bilheterias.
- INFORMAÇÕES: https://www.acquamania.com.br.

CLÓVIS RANGEL



DIVERSÃO GARANTIDA

"Foi diferente"

Em uma excursão com amigos, a professora Ana Cristina Borges, 55 anos, visitou o Parque Aquático Acquamania no dia 5 de janeiro. Segundo ela, não foi a primeira vez, mas esta foi diferente.

"Foi um dia incrível! O parque estava com uma energia contagiante, cheio de famílias. As piscinas e os toboáguas são uma diversão garantida para todas as idades".



PISCINA do Acquamania: parque aquático em Guarapari vai funcionar todos os dias até o fim das férias escolares

Sesc

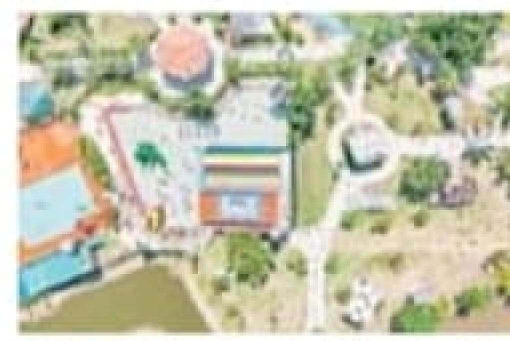
- ATRAÇÕES: Os parques aquáticos contam com piscinas para crianças e adultos, toboáguas, chafariz, correnteza, rampas e escorregadores, entre outros brinquedos.
- HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: De terça a domingo, das 9h às 17h, para todas as unidades.
- GUARAPARI: Localizado na av. Contorno, 1760, em Lagoa Funda. A entrada custa entre R$ 40 e R$ 80.
- ARACRUZ: Rodovia ES-010, Km 35 Norte, s/n, em Santa Cruz. A entrada custa entre R$ 45 e R$ 90.
- COLATINA E SÃO MATEUS: Os parques só são acessíveis com credencial Sesc. A entrada custa entre R$ 22 e R$ 45.
- CRIANÇAS ATÉ 4 ANOS: Não pagam em nenhuma das quatro unidades.
- MAIS INFORMAÇÕES: https://portal.sesc-es.com.br.



SESC oferece parque aquático com toboágua, chafariz, correnteza e escorregadores

Fazenda Rico Caipira

- LOCAL: Avenida Jaguarussu, s/n, Morada da Barra, Vila Velha.
- HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: De sexta a domingo, das 10h às 16h30, no mês de janeiro.
- ATRAÇÕES: Oferece mais de 40 atrações, entre elas Vila do Calor/área molhada com aquáticos e rampas; barco pirata, casa na árvore, personagens do folclore brasileiro, tirolesa, fazendinha, passeio a cavalo e de trenzinho.
- ALIMENTAÇÃO: Restaurante aberto para todos os visitantes, das 11 h às 15 horas.
- VALORES: Para participar das atividades recreativas, é preciso adquirir passaporte. O valor do ingresso é R$ 100 (inteira) e R$ 50 (meia). Até 5 anos a criança não paga.
- MAIS INFORMAÇÕES: (27) 99922 - 4404 ou @ricocaipira.



RICO CAIPIRA: mais de 40 atrações

Fazenda Parque Vale do Moxuara

- LOCAL: Fazenda Estância do Vale, Km 3, Estrada Wilson Manoel de Freitas, Roças Velhas, Cariacica.
- HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO: Até 9 de fevereiro, de quarta a sexta, das 10h às 17h. Sábado, domingo e feriados nacionais, das 10h às 18h.
- ATRAÇÕES: Piscina, caiaque, pedalinho, charrete, pesque e solte, tirolesa, arvorismo, escalada, entre outros.
- VALORES: R$ 20 por pessoa durante a semana. Já nos fins de semana e feriados, o valor sobe para R$ 30. Criança até 10 anos é isenta.
- INCLUSO NO VALOR DA ENTRADA: Piscina natural, recreação infantil, campo de futebol e de vôlei e campo de batalha. Parquinho com brinquedão, casinha de bonecas, castelo e casa na árvore. Tour com visita à plantação de uvas, pequenos animais e horta orgânica. Outras atividades devem ser pagas por fora, sendo que os preços variam de R$ 10 a R$ 50.
- MAIS INFORMAÇÕES: valedomoxuara.com.br ou (27) 99523-2661.

Fonte: Locais citados.

Eufrázio

Cidades

Presa quadrilha que aplicava golpe do amor

Vítima reconheceu suspeita e disse ter sido sequestrado por homens armados após marcar encontro por aplicativo

PEXABAY E GOVERNO DE SÃO PAULO



POLÍCIA MILITAR prendeu grupo que aplicava golpes em São Paulo

SÃO PAULO

A Polícia Militar de São Paulo desmantelou um cativeiro utilizado por uma quadrilha especializada no "golpe do amor" na última sexta-feira, na Zona Leste de São Paulo. Uma denúncia anônima levou a PM ao local, onde uma mulher de 30 anos confessou participação no grupo e revelou os nomes de comparsas.

Uma quadrilha que aplicava o "golpe do amor" em aplicativos de relacionamento foi desarticulada após uma denúncia anônima recebida pela Polícia Militar.

O grupo, composto por uma mulher e ao menos cinco homens, marcava encontros virtuais para sequestrar vítimas e extorqui-las. A descoberta do grupo criminoso aconteceu durante um patrulhamento do 3º Batalhão de Polícia do Choque.

A localização do cativeiro foi possível graças a informações anônimas. Durante a operação policial, a mulher de 30 anos autorizou a entrada dos agentes e forneceu informações sobre o grupo, indicando outros membros da quadrilha. Os policiais receberam a denúncia durante um patrulhamento na região do distrito da Cidade Tiradentes, em São Paulo.

Uma das vítimas, um homem de 42 anos, relatou ter sido sequestrado após um encontro marcado por aplicativo no dia 1º de janeiro. O homem foi abordado por cinco indivíduos armados e levado para o cativeiro, onde ficou até conseguir escapar no dia seguinte, demonstrando a violência do golpe do amor aplicado pela quadrilha.

Na delegacia, o homem reconheceu a mulher como parte do grupo que o havia sequestrado e roubado. O prejuízo total da vítima foi de aproximadamente US$ 2.500 e R$ 2.000, além da perda de sua carteira, celular e carro.

A mulher foi autuada por associação criminosa e a Justiça solicitou a prisão preventiva. O caso está sendo investigado pelo 49º Distrito Policial.

Dois escapam de acidente aéreo

Um avião de pequeno porte, do tipo planador, caiu em Montenegro, na Região do Vale do Caí, no Rio Grande do Sul, por volta das 15h de ontem. Duas pessoas estavam a bordo e foram resgatadas com vida.

O ex-prefeito da cidade, Carlos Eduardo Müller, conhecido como Kadu, estaria pilotando a aeronave no momento da queda.

O acidente ocorreu próximo ao Aeroclube de Montenegro durante uma aula de voo. Segundo o Corpo de Bombeiros de Montenegro, as vítimas foram encaminhadas para o hospital e estão estáveis.

O aluno, de 49 anos, teria saído ileso, enquanto o ex-prefeito apresentou fortes dores na lombar e lesão na coluna.

Fezinha

MEGA-SENA
Concurso 2814
11 - 17 - 19 - 26 - 49 - 54

DIA DE SORTE
Concurso 1013
05 - 08 - 10 - 11 - 16 - 29 - 30

QUINA
Concurso 6629
05 - 19 - 26 - 43 - 66

TIMEMANIA
Concurso 2192
08 - 09 - 51 - 57 - 70 - 76 - 77

LOTERIA FEDERAL
Extração 5932-3
1º PRÊMIO - 40.177 - 2º PRÊMIO - 55.610
3º PRÊMIO - 44.637 - 4º PRÊMIO - 58.386
5º PRÊMIO - 47.572

LOTOFÁCIL
Concurso 3291
01 - 03 - 04 - 05 - 06
07 - 10 - 12 - 14 - 15
16 - 17 - 18 - 20 - 23

+ MILIONÁRIA
Concurso 215
21 - 27 - 32 - 38 - 41 - 48
Trevos sorteados: 2 - 5

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Escola de Férias 2025 para ministros de louvor e adoração

O Centro Ministerial El Shamah realizará nos próximos dias 20 e 27 mais uma edição da Escola de Férias para ministros de Louvor e Adoração.

Trata-se de um treinamento gratuito que abordará temas fundamentais para o crescimento espiritual e prático dos ministros, como "Chamado e vida de adoração", "Seleção de repertório e condução de ministração de louvor" e "Organização de ensaios e práticas ministeriais".

Neste ano, o curso contará com a presença dos professores e diretores da El Shamah, pastores Paulo Castello (foto) e Wanderson Souza, além das professoras Elienai Esteves e Claudete Costa.

"Nosso propósito é oferecer uma base bíblica sólida e ferramentas práticas que capacitem os ministros a exercerem seu chamado com segurança, excelência e entendimento dos princípios bíblicos. A busca pelo preparo é essencial para aqueles que desejam servir suas igrejas, conduzindo o louvor com responsabilidade e uma vida alinhada à Palavra de Deus", explicam os pastores.

A Escola de Férias acontecerá no Centro Ministerial El Shamah, localizado no centro de Vila Velha. As inscrições são gratuitas e podem ser feitas pelo site www.cmelshamah.com.br ou pelo telefone (27) 99256-6767.

RELIGIÃO

religiao@redetribuna.com.br



Missionária

A missionária Valdicleia Souza (foto), com ministério atuante em parcerias no Brasil, Argentina e Paraguai, vai ministrar no próximo dia 19, às 19h30, na Assembleia de Deus Esperança. O templo, sob a liderança do pastor Paulo Sérgio, fica na avenida Abido Saad, 12, Costa Bela, Jacaraípe.

* * *

Festa em Meaípe

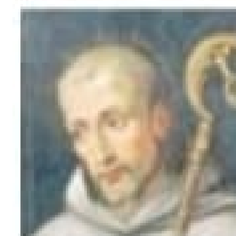
A Paróquia Nossa Senhora dos Navegantes, em Meaípe, Guarapari, realiza entre os próximos dias 17 e 20, a tradicional Festa de São Sebastião. O tríduo será às 19h30, já no dia do santo, 20 de janeiro, haverá procissão às 19h, saindo da Pracinha do Chico, seguida de missa.



* * *

"Esperança sempre" é o tema da palestra de Sebastião Biato Filho amanhã, às 20 horas, no Centro Espírita Henrique José de Mello. A casa espírita fica na Rua do Vintém, 9, Centro, Vitória.

SANTO DO DIA



São Bernardo de Corleone

Nasceu no ano de 1605, em Corleone, na Itália. Numa das muitas discussões que viraram briga, ele acabou num duelo, ferindo de morte um companheiro. Foi neste momento que abriu o coração para Deus.

A PALAVRA

"Para sempre, ó Senhor, a tua palavra permanece no céu" SALMOS 119:89

Plantão da Fé

HOJE, às 18 horas, tem culto Atitude Vision na Igreja Batista Atitude em Santa Teresa. Rua Hilário Pasolini, 82, Dois Pinheiros, Santa Teresa.

* * *

"É VÓS quem dizeis quem eu sou?" é o tema da reunião de amanhã do grupo de oração da Paróquia Nossa Senhora de Guadalupe, após na missa das 18h30. Rua Aniceto Frizzera Filho, 331, Itaparica, Vila Velha.

* * *

A PARÓQUIA São Pedro, em Guarapari, realiza entre os próximos dias 20 e 26, a Semana da Graça. Participação dos padres Marcelo Pádua, José Moraes, Alexandro Firmino, Bruce Willis, entre outros. Todos o dias tem terço mariano às 19h, transmitido pelo YouTube.

* * *

ESTÁ marcada para o dia 8 de fevereiro, das 14h às 17h30, uma formação para catequistas na Matriz São José, em Morada de Laranjeiras, na Serra. O encerramento será com missa e bênção do Santíssimo. Haverá lanche partilhado. Rua dos Morangos, s/nº.

Eufrázio

QUANDO PERGUNTAREM
QUE RÁDIO VOCÊ OUVE
RESPONDA
legal
FM 99,5



Rede Tribuna
TV Tribuna
BAND
Jornal A TRIBUNA
Tribuna FM Vitória 99,1MHz
Tribuna FM Cachoeiro 99,9MHz
legal FM 99,5
tribunaonline

Eufrázio

IMAGEM DO DIA

ANDY WONG/AP



A NADADORA Yu Xiaofeng salta em uma piscina esculpida no gelo do rio Songhua, em Harbin, no nordeste da China

OPINIÃO DO LEITOR

Weverson Meireles

Farinha pouca, meu pirão primeiro! O prefeito da Serra, Weverson Meireles, apesar de iniciar o seu primeiro mandato, de bobo não tem nada! Sua namorada, que é funcionária da prefeitura, foi guindada para um novo cargo com salário mensal de R$ 16.069,80. Ou seja, quase R$ 9.150 a mais do que ganhava (salário anterior era de R$ 6.927,16).

Poucos têm esse privilégio de ter um reajuste assim. Independentemente da matiz política, ainda somos um país de privilégios. Como os recursos são poucos, primeiro os de casa e se sobrar os de fora. É assim que a banda toca!

Valdeci Carvalho Ferreira
Mata da Serra – Serra

Escravo da verdade

O exercício profissional de um jornalista é muito importante e deve ser levado a sério. Foi esclarecedora a entrevista concedida por Alexandre Garcia, ao completar 84 anos, à sua filha Júlia Garcia, quando lhe perguntou: "O que diria para o seu neto, se ele quiser ser jornalista?"

Resumidamente, repasso a resposta: "O jornalista é escravo de verdade, fiel à verdade, à ética, com responsabilidade e sem invenções com o que diz ou escreve, sem alterar os fatos. A nobre função do jornalista é sempre divulgar a veracidade dos acontecimentos".

Humberto Schuwartz Soares
Praia da Costa – Vila Velha

Capixabão 2025

No próximo dia 18, teremos o início de uma das competições mais equilibradas do mundo, o Capixabão 2025. Essa afirmativa se traduz pelo histórico do campeonato, que teve nos seus últimos dez anos oito campeões diferentes. Por isso, é tão atrativa e desperta tanto interesse.

Este ano, a disputa não difere da tradição. Teremos equipes que reforçaram seus elencos com jogadores experientes e rodados em competições nacionais e, para abrilhantar o início da competição, vamos ter a realização do clássico: Desportiva x Vitória. Haja emoção!

João Carlos Nunes Ramos
Bento Ferreira – Vitória

Trípoli

O Condado de Trípoli ficava nos territórios atualmente pertencentes à Síria e ao Líbano, tinha a sua capital em Trípoli, e duas das suas cidades mais importantes eram Safita e Tartus. Geograficamente localizado na Ásia Ocidental, no Oriente Médio.

Chamados no Brasil de sírio-libaneses por causa do Condado de Trípoli, sírio e libaneses vieram no século XIX para países americanos, incluindo o Brasil, evitando a perseguição sofrida pelo Império Turco Otomano e o conflito árabe-israelense.

Aldo José Barroca
Antônio Honório – Vitória

Mande sua correspondência para **A Tribuna**, seção Cartas, rua Joaquim Plácido da Silva, 225 - Ilha de Santa Maria - CEP 29051.070 - Vitória (ES) ou envie para e-mail opiniao@redetribuna.com.br. As cartas devem conter nome completo, endereço, identidade ou CPF e telefone. O tamanho não pode exceder 800 caracteres.

TRIBUNA LIVRE

PEDRO VALLS FEU ROSA

A buracada

Imagine uma movimentada rua. Acesso principal a uma grande ponte. Com a pavimentação perfeita, recentemente reparada pela administração municipal. Bonita de dar gosto! E eis que cavaram nela um buraco de ponta a ponta para alguma obra qualquer. Chegado o momento de tapá-lo, fizeram um remendo tosco, de péssima qualidade. E assim a via, pela qual as pessoas podiam trafegar com conforto e dignidade, já começa a retornar aos tempos em que era mais própria para o trânsito de cabritos.

Em frente a um movimentado centro comercial repetiram este procedimento. E perto de uma universidade. E por aí vai. Em resumo: uma caríssima e demorada obra de recomposição da pavimentação asfáltica começa a ser destruída por construtoras, concessionárias, etc.

Abrir buracos em vias públicas, por vezes, é necessário, assim como devolver a pavimentação à população no estado em que se encontrava. Vai aí um gesto de respeito pela administração municipal e de apreço pelo patrimônio público – algo básico demais para ser ignorado. Aliás, não agir assim é atitude passível de responsabilização administrativa, civil e até criminal.

> **Que tal implementarmos essa cultura, da Espanha, do Reino Unido, em nosso País?**

Preocupado com esse quadro, o Reino Unido começou a buscar soluções. Afinal, em apenas um ano as prefeituras viram-se às voltas com 46.139 pedidos de ressarcimento apresentados por motoristas, cujos carros foram danificados por conta do péssimo estado de algumas vias – e tiveram que desembolsar nada menos que 50 milhões de libras esterlinas.

Daí a iniciativa do governo escocês de buscar impor às construtoras, empreiteiras e concessionárias que realizem nas vias reparos incompatíveis com a dignidade da população, multas de até 100 mil libras.

Essa atitude é adequada. Afinal, eis aí um quadro que não se limita a danificar os veículos – a própria economia nacional deve ser considerada. Há os prejuízos decorrentes de acidentes, de danos à saúde de pedestres, ciclistas e motoristas, da necessidade de recomposição periódica das vias, dos atrasos causados, do consumo desnecessário de combustível, etc. Quanto custa isso? Ao Reino Unido nada menos que 4,1 bilhões de libras a cada ano. Fico a pensar no Brasil...

Veja só: apurou-se que 55% das empresas de pequeno e médio porte do Reino Unido perdem – cada uma delas – nada menos que 13.600 libras, a cada ano, somente por conta dessa rubrica. E ainda que 8% dos pedestres daquele país se acidentaram por conta de buracos e imperfeições das vias.

Não por acaso decidiu-se na Espanha, desde 2004, que as imperfeições nas vias deverão ser reparadas em, no máximo, 36 horas, computados feriados e finais de semana. No Reino Unido, esse prazo oscila entre dois e cinco dias.

Que tal implementarmos essa cultura em nosso País? A da fiscalização rigorosa das obras realizadas nas vias públicas. A das multas pelo desrespeito à população. A das indenizações aos motoristas cujos veículos foram danificados – e aos pedestres cuja saúde tenha sido afetada. Não vai aí exagero algum. Afinal, conforme demonstrado lá no Reino Unido, a população não merece ser tratada assim! Não mesmo!

PEDRO VALLS FEU ROSA é desembargador do Tribunal de Justiça do Espírito Santo

aTRIBUNA

NASSAU - EDITORA, RÁDIO E TELEVISÃO LTDA - EMPRESA FUNDADA POR JOÃO PEREIRA DOS SANTOS

SEDE PRÓPRIA: Rua Joaquim Plácido da Silva, 225 - Ilha de Santa Maria - CEP 29.051-070, Vitória-ES
Fone: (27) 3331-9000 / Fax(Redação): (27) 3223-7340; **FILIAL/RECIFE-PE:** Fone: (81) 3493-8555 / Fax: (81) 3493-8511

EDITOR GERAL Luciano Camatta Rangel
DIRETORA ADM/FINANCEIRO Fabrícia Klein
DIRETORA COMERCIAL Lenise Loureiro
EDITOR EXECUTIVO MULTIMÍDIA Joel Soprani

ANJ Associação Nacional de Jornais · SINDJORES · Instituto Verificador de Comunicação IVC

FALE COM A REDAÇÃO
GERAL 3331-9000
WHATSAPP (27) 99934-7735

CHEFIA DE REPORTAGEM
Giovana Rangel
3331-9015/3331-9045
giovanarangel@redetribuna.com.br

ECONOMIA
3331-9235
economia@redetribuna.com.br

OPINIÃO
3331-9122
opiniao@redetribuna.com.br

CIDADES/REGIONAL/ENTRETENIMENTO
3331-9057
cidades@redetribuna.com.br

POLÍTICA
3331-9027
politica@redetribuna.com.br

POLÍCIA
3331-9035/3331-9013/3331-9034
policia@redetribuna.com.br

ESPORTES
3331-9031
esportes@redetribuna.com.br

TRIBUNA ONLINE
3331-9234/3331-9233/3232-5933
estribunaonline@gmail.com

PLANTÃO
TRIBUNA ONLINE 99880-1942
CACHOEIRO (27) 99614-8214
GUARAPARI 99863-4558
QUAL A BRONCA? 3331-9161

ATENDIMENTO AO ASSINANTE (27) 3323-6333

Eufrázio

Campeonato M

Com Cruzeiro e Atlético/MG como grandes favoritos, o Estadual de Minas Gerais começa no próximo sábado, com 12 clubes na disputa

Victor Fontes

O Campeonato Mineiro está próximo de começar. A partir do dia 18 de janeiro, sábado, a bola vai rolar na terra do pão de queijo e 12 equipes estarão na disputa do título até o dia 15 de março, com protagonismo para a dupla rival Atlético/MG e Cruzeiro.

Defendendo o pentacampeonato, o Atlético busca levantar o sexto troféu estadual de forma consecutiva, podendo igualar a sua maior sequência de conquistas, assim como ocorreu entre 1978 e 1983. Sem Paulinho - negociado com o Palmeiras -, o Galo aposta no retorno e na estrela do técnico Cuca para isso.

Sem erguer uma taça desde 2019, o primeiro objetivo do Cruzeiro na temporada é voltar a ser campeão mineiro. Dessa forma, a diretoria celeste está investindo pesado em reforços, como os atacantes Gabigol e Dudu, e contando com as estratégias de Fernando Diniz.

Correndo por fora está o América/MG, que é o terceiro maior campeão da competição e venceu o Campeonato Mineiro pela última vez em 2016. Assim como o Coelho, o Athletic, de São João del-Rei, também está na Série B do Brasileirão e aparece como a quarta força de Minas Gerais.

Além desses times, Tombense, Uberlândia, Itabirito, Democrata GV, Villa Nova e Pouso Alegre também estão na disputa. E entre os estreantes na elite estão Betim, campeão do Módulo II, e Aymorés, de Ubá, vice-campeão e que voltou à ativa há cinco anos.

OS NÚMEROS

18/01
é a data de início do Mineiro

15/03
está previsto para terminar

PEDRO SOUZA/ATLÉTICO/MG



ATLÉTICO/MG E CRUZEIRO são os protagonistas do Campeonato Mineiro de Futebol

SAIBA MAIS

Regulamento:

Com 12 equipes participantes, o torneio será novamente disputado em formato de três grupos, assim como na última edição. Os times enfrentarão apenas adversários de outras chaves, somando oito jogos na primeira fase. Avançam às semifinais os primeiros colocados de cada grupo e o melhor segundo lugar no geral.

A partir das semifinais, os confrontos serão realizados em partidas de ida e volta. Em caso de empate no placar agregado, a decisão será nos pênaltis, sem vantagem para o time de melhor campanha - como ocorria anteriormente.

No rebaixamento, os dois últimos colocados na classificação geral caem diretamente, eliminando o antigo triangular decisivo.

Os clubes que ficarem entre o 5º e o 8º lugar disputarão o Troféu Inconfidência, que dá vaga para a Série D.



QUEM JÁ LEVANTOU A TAÇA DO MINEIRO

Atlético/MG	49 títulos	Villa Nova	5 títulos
Cruzeiro	38 títulos	Siderúrgica	2 títulos
América/MG	16 títulos	Ipatinga e Caldense	1 título, cada

GRUPO A



GRUPO B



GRUPO C



1ª RODADA

18/01	Sáb	17h	Pouso Alegre		x		Athletic
18/01	Sáb	19h	Itabirito		x		Betim
19/01	Dom	10h	Democrata		x		Villa Nova
19/01	Dom	16h30	Cruzeiro		x		Tombense
19/01	Dom	20h	Aymorés		x		Atlético
19/01	Dom	21h	Uberlândia		x		América

2ª RODADA

22/01	Qua	19h	Tombense		x		Itabirito
22/01	Qua	20h	Athletic		x		Cruzeiro
22/01	Qua	20h	Atlético		x		Democrata
22/01	Qua	20h	América		x		P. Alegre
22/01	Qua	20h	Villa Nova		x		Uberlândia
23/01	Qui	20h	Betim		x		Aymorés

3ª RODADA

25/01	Sáb	17h	P. Alegre		x		Atlético
26/01	Dom	10h	Democrata		x		Tombense
26/01	Dom	10h	Uberlândia		x		Itabirito
26/01	Dom	16h	Cruzeiro		x		Betim
26/01	Dom	16h	Aymorés		x		Athletic
26/01	Dom	16h	América		x		Villa Nova

4ª RODADA

29/01	Qua	19h	Tombense		x		P. Alegre
29/01	Qua	19h30	Aymorés		x		Uberlândia
29/01	Qua	20h	Athletic		x		Villa Nova
29/01	Qua	20h	Atlético		x		América
29/01	Qua	20h	Betim		x		Democrata
30/01	Qui	20h	Itabirito		x		Cruzeiro

5ª RODADA

01/02	Sáb	16h	Betim		x		América
01/02	Sáb	17h	Athletic		x		Tombense
02/02	Dom	10h	Democrata		x		P. Alegre
02/02	Dom	16h	Itabirito		x		Aymorés
02/02	Dom	16h	Cruzeiro		x		Uberlândia,
02/0	Dom	16h	Villa Nova		x		Atlético

6ª RODADA

05/02	Qua	19h	Tombense		x		Aymorés
05/02	Qua	20h	P. Alegre		x		Betim
05/02	Qua	20h	Uberlândia		x		Democrata
05/02	Qua	20h	América		x		Cruzeiro
05/02	Qua	20h	Villa Nova		x		Itabirito
06/02	Qui	20h	Atlético		x		Athletic

7ª RODADA

08/02	Sáb	16h	Betim		x		Villa Nova
08/02	Sáb	19h	Tombense		x		América
09/02	Dom	11h	Itabirito		x		P. Alegre
09/02	Dom	16h	Uberlândia		x		Athletic
09/02	Dom	16h	Cruzeiro		x		Atlético
09/02	Dom	16h	Aymorés		x		Democrata

8ª RODADA

08/02	Sáb	16h	Betim		x		Villa Nova
08/02	Sáb	19h	Tombense		x		América
09/02	Dom	11h	Itabirito		x		P. Alegre
09/02	Dom	16h	Uberlândia		x		Athletic
09/02	Dom	16h	Cruzeiro		x		Atlético
09/02	Dom	16h	Aymorés		x		Democrata

Eufrázio

Mineiro 2025

PELO HEXA

A janela de transferências do Galo está mais parada. Com a importante saída de Paulinho para o Palmeiras, o objetivo do Galo é buscar uma peça de reposição.

A grande chegada ao time mineiro foi a do técnico Cuca, ídolo e multicampeão, com títulos estaduais, de Brasileirão e Libertadores pelo alvinegro.

Os principais reforços da equipe vieram no meio da temporada passada, casos dos meias Gustavo Scarpa, Bernard e Fausto Vera, além do atacante Deyverson. E Hulk, sem dúvidas, é a principal esperança de gols do torcedor.

Em meio às incertezas, o Atlético/MG não terá a Arena MRV à disposição para mandar seus jogos em casa na fase de grupos, em função da instalação de um gramado sintético, e optou por atuar como mandante no Mineirão.

O clube é o maior campeão mineiro com 49 títulos e busca o seu sexto de forma consecutiva - para repetir o fato que aconteceu entre 1978 e 1983.

HULK
ATACANTE, 38 ANOS

SCARPA
MEIA, 31 ANOS

GABIGOL
ATACANTE, 28 ANOS

MATHEUS PEREIRA
MEIA, 28 ANOS

INVESTINDO PARA GANHAR

O Cruzeiro de Fernando Diniz promete não estar para brincadeiras em 2025. A Raposa, que está realizando a pré-temporada nos Estados Unidos, na FC Series, reformulou o seu elenco em busca de conquistar títulos este ano. E o primeiro deles é o Campeonato Mineiro.

Sob a direção de Pedro Lourenço e Alexandre Mattos, o time celeste já anunciou grandes nomes, como os atacantes Gabigol e Dudu. Além deles, Christian (volante), Eduardo (meia), Bolasie, Rodriguinho e Marquinhos (atacantes) também foram contratados.

O clube também está próximo de acertar as contratações dos zagueiros Fabrício Bruno, do Flamengo, e Valentín Gómez, do Vélez Sarsfield, e do ponta Gabriel Dias, do Atlético/GO.

Nesta pré-temporada, o primeiro compromisso do Cruzeiro pela FC Series será contra o São Paulo, no dia 15 de janeiro, às 21h30. Depois, a Raposa fará o primeiro clássico do ano, contra o Atlético/MG, no dia 18 - um dia antes da estreia no Mineiro, contra o Tombense.

Para a primeira partida do estadual, devem ser utilizados, em sua maior parte, jogadores da base. A partir da rodada seguinte, os principais nomes do elenco já deverão estar aptos para entrar em campo oficialmente.

Economia

FALE COM O EDITOR RAFAEL GUZZO E-MAIL economia@redetribuna.com.br

FORÇA DA NATUREZA

Dez empresas investem no Estado atraídas pelos minerais

Entre as empresas estão Petrobras, Petrocity, EnP Energy, Terlos Stones, Samarco e Prio, em atividades como beneficiamento

Verônica Aguiar

Empresas estão investindo no Espírito Santo atentas às riquezas minerais presentes no Estado. A reportagem reuniu projetos de pelo menos dez delas, que vão de pesquisas ao beneficiamento e transporte.

Entre as empresas estão Petrobras, Petrocity, EnP Energy, Terlos Stones, Samarco e Prio, por exemplo. Um dos produtos que deve ganhar importância no Estado nos próximos anos é a bauxita, utilizada para a produção de alumínio.

Mimoso do Sul e Muniz Freire são os municípios com maior representatividade em depósitos de bauxita no Estado, conforme a professora do Departamento de Geologia da Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes) Ariadne Marra de Souza.

"Até então não estamos explorando, mas é o que desejamos fazer", frisou Renata Cógo, diretora do departamento de Meio Ambiente de Muniz Freire.

Já em relação ao petróleo, o CEO da EnP Márcio Félix explicou que está sendo estudada uma refinaria modular na região de Linhares, Jaguaré e São Mateus. Ela seria de nicho voltada para alguns produtos como combustível marítimo de baixo teor de enxofre (Bunker).

O combustível é muito necessário para a movimentação das embarcações não só nos portos já existentes, como nos que vão começar a operar. A intenção é fazer também óleo lubrificante para grandes máquinas e produção dedicada a asfalto.

O projeto, segundo ele, tem viabilidade técnica e econômica e está em fase de estruturação de interesse de investidores.

BAUXITA, um dos produtos que deve ganhar importância nos próximos anos

Félix também falou do trabalho para o desenvolvimento de um polo gás-químico e cloro-soda no Norte do Estado, onde há três empresas fazendo pesquisa em área de sal-gema. "Nós estamos trabalhando em conceber o primeiro módulo cloro-soda em Conceição da Barra", destacou.

No último dia 2, a Prio anunciou a comercialização de gás diretamente ao mercado. A operação começa com produção de cerca de 300 mil metros cúbicos por dia e aguarda as licenças para desenvolvimento de Wahoo para aumentar.

O diretor-geral do Instituto Jones dos Santos Neves (IJSN) Pablo Silva Lira destacou que o Estado nos últimos anos tem sido responsável por mais de 80% da exportação de rochas ornamentais no país. "É um mercado que tem tendência de expansão para os próximos anos".

Ele ressaltou que o acordo do Mercosul com a União Europeia pode beneficiar o Estado, com as melhorias das taxas do produtos, facilitando a entrada ainda maior de rochas ornamentais e outros produtos no mercado europeu.

Segundo a Associação Brasileira de Rochas Naturais (Centrorochas), a Terlos Stones, especialista em rochas naturais especiais, irá começar a operar ainda no primeiro semestre, em Castelo.

SAIBA MAIS

PETRÓLEO

PROJEÇÃO DA PRODUÇÃO OFFSHORE NO ESPÍRITO SANTO

> **A PRODUÇÃO OFFSHORE** (no mar) representa a maior parte do volume de petróleo e gás natural produzidos no Estado. De acordo com dados do Anuário da indústria do petróleo e gás natural, entre 2024 e 2028, essa produção de petróleo deverá crescer 4,8%, alcançando ao final do período uma produção média de 203,4 mil barris por dia. Para o gás natural, projeta-se um aumento de 4,6% no mesmo período, alcançando uma produção diária média de 5 milhões de metros cúbicos no último ano.

> **A PRODUÇÃO** de petróleo e gás natural offshore capixaba está concentrada no Parque das Baleias e no Parque das Conchas.

> **NO FIM DE 2024**, a Petrobras colocou em funcionamento a nova plataforma (FPSO) Maria Quitéria no Parque das Baleias. Para 2025 e 2026, a Prio deverá aumentar os volumes extraídos no campo de Wahoo, de acordo com o Anuário. A empresa informou que está aguardando o licenciamento do Ibama para iniciar os trabalhos de perfuração e produção do campo.

> **NO ÚLTIMO DIA 2**, a Prio anunciou a comercialização de gás. A operação começa com produção de cerca de 300 mil metros cúbicos/ dia e aguarda as licenças para desenvolvimento de Wahoo.

PROJEÇÃO DA PRODUÇÃO ONSHORE (EM TERRA) NO ESPÍRITO SANTO

> **A PRODUÇÃO** onshore (em terra) é a menor parte do petróleo e gás natural produzidos no Estado. Mas é relevante no desenvolvimento socioeconômico regional dos municípios produtores, principalmente na geração de emprego e renda.

> **PROJETA-SE QUE** entre 2024 e 2028 a produção de petróleo em terra tenha um crescimento médio anual de 8,6%, alcançando, no último ano, uma produção média de 15 mil barris por dia, de acordo com o Anuário da indústria do petróleo e gás natural. Para o gás natural, projeta-se uma expansão média anual de 12,8% no mesmo, alcançando uma produção diária média de 470 mil metros cúbicos ao final do período, segundo o documento.

> **FATORES RELACIONADOS** a projeção positiva, segundo o anuário: novos operadores, que devem continuar a investir na revitalização, prolongamento da vida útil e expansão das concessões.

PROJETOS



Refinaria

> **EM 2020** a EnP e Oil Group assinaram junto ao ao governo do Estado um memorando de entendimento para a implantação da Refinaria Espírito Santo (RefinES) e da Fábrica Capixaba de Lubrificantes e Asfalto (LubCap).

> **INICIALMENTE** a ideia era uma refinaria no Porto Central, o que não evoluiu. E por isso foi estudada outra alternativa que seria uma refinaria modular, que começa pequena e vai crescendo, começando a partir de 4 mil barris por dia.

> **ELA SERIA** de nicho voltada para alguns produtos como combustível marítimo de baixo teor de enxofre (Bunker), necessário devido a movimentação nos portos já existentes, dos que estão em construção e que vão começar a operar.

> **O PROJETO** tem viabilidade técnica e econômica e está em fase de estruturação de interesse de investidores. Tem óleo no volume adequado e no espaço adequado. Começa pequena com 4 mil barris por dia, mas pode chegar a 20 mil barris por dia, com instalação na região onde há produção de petróleo em terra como Linhares, Jaguaré e São Mateus.

Polo gás-químico ou cloro-soda

> **TAMBÉM EXISTE** um trabalho para o desenvolvimento de um polo gás-químico e cloro-soda no Norte do Espírito Santo.

> **A SG BRASIL MINERAÇÃO** tem duas áreas em Conceição da Barra que estão em processo de aprovação de relatório de pesquisa junto a Agência Nacional de Mineração (ANM).

> **O INVESTIMENTO** envolve duas frentes. Um delas é a de um polo gás-químico, que usa o gás como matéria-prima para produzir produtos derivados como: ureia, metanol, ácido fórmico e melamina. E outra cloro-soda, que utiliza gás para gerar energia elétrica e o sal-gema para produzir uma série de produtos como: cloro, hidróxido de sódio e hidrogênio.

Ferrovia

> **A PETROCITY** Ferrovias está investindo na construção da Estrada de Ferro Juscelino Kubitschek, que irá de Brasília até Barra de São Francisco. O CEO José Roberto Barbosa da Silva explicou que para um investimento como esse sempre foi levado em consideração a questão mineral, não só o transporte de minério de ferro, como bauxita, lítio, entre tantos outros. O investimento é de R$ 15,5 bilhões.

Eufrázio

SAIBA MAIS



Sal-gema

A maior jazida de sal-gema da América Latina fica no Espírito Santo. Precisamente no município de Conceição da Barra, Norte do Estado, próximo à BR-101, em uma área de 300 mil metros quadrados. Há registro também em Ecoporanga e Vila Pavão.

O mineral é constituído por cloreto de sódio, cloreto de potássio e de cloreto de magnésio e está presente em jazidas da superfície terrestre.

Por meio do processo químico ele trólise, o sódio é separado do cloro.

O cloro é utilizado na produção de materiais de limpeza e no tratamento da água de piscina. Já o sódio para a produção da soda.



Lítio

Em Minas Gerais foram descobertas reservas de lítio que podem se estender até o Espírito Santo. Mas são necessários estudos geológicos para identificar e mapear.

O físico nuclear e professor da Ufes Marcus Tadeu Orlando destacou que o lítio é matéria prima para a produção de baterias de longa duração que alimentam veículos, drones, carros elétricos e voadores.

Ele lembrou que as reservas encontradas no Vale do Jequitinhonha, em Minas Gerais, estão sendo exportadas pelo porto de Vitória. "Os países não querem exportar matéria prima, querem exportar tecnologia. Seria extremamente estratégico fazer algum tipo de beneficiamento antes de exportar".

Em Minas Gerais, indígenas e quilombolas destacaram os impactos ambientais da extração do 'lítio verde. A doutoranda em engenharia térmica e sistemas energéticos Ana Gabriela Chavez Castillo explicou que o processo de extração do lítio verde é extremamente poluente.

Ela, que trabalha em um indústria de produção de baterias de lítio na França, explicou que atualmente uma porcentagem muito baixa dessas baterias são recicladas. Mas destacou que as empresas estão tentando melhorar e reduzir a quantidade de resíduos no processo de fabricação.

Rochas ornamentais, mármore e granito

O Espírito Santo é o maior exportador de rochas ornamentais do Brasil, conforme levantamento realizado pelo Instituto Jones dos Santos Neves (IJSN), que analisou o desempenho do Estado nas exportações de granito bruto, mármore bruto e rochas ornamentais entre 2014 e 2023.

O Espírito Santo tem sido destaque também nas exportações de mármores e granitos brutos. Mais de 90% das exportações de mármores brutos do País foram realizadas pelo Estado, nos últimos quatro anos. Em 2023, o território capixaba foi responsável por mais da metade do volume das exportações brasileiras (55,9%) de granito bruto.

Investimento: a Terlos Stones, empresa especialista em rochas naturais especiais, irá começar a operar ainda no primeiro semestre, em Castelo.

Além disso, segundo a Associação Brasileira de Rochas Naturais (Centrorochas), várias indústrias do setor estão passando por modernização em seu parque tecnológico, a fim de aumentar a capacidade de operação.



Manganês

Em Dores do Rio Preto e em Guaçuí há as maiores reservas de Manganês descobertas no Espírito Santo até agora, conforme a professora do departamento de geologia da Ufes Ariadne Marra de Souza. Mas ela explicou que as rochas que dão origem ao manganês também estão presentes em Divino São Lourenço, Ibitirama, Iúna, onde também tem possibilidade de ele estar presente. Por ora estão sendo feitos estudos.



Bauxita

Trata-se de um mineral utilizado para a produção de alumínio. Pode ocorrer tanto no Sul quanto no Norte do Estado.

Mimoso do Sul, Muniz Freire são os municípios com maior representatividade em depósitos de bauxita no Espírito Santo, conforme a professora do departamento de geologia da Ufes Ariadne Marra de Souza. Há ainda regiões na divida com Minas Gerais com potencial de extração.



Minério de ferro

O Espírito Santo não tem jazidas na proporção de Minas Gerais. Contudo o destaque maior está no beneficiamento de minério de ferro para produção de pelotas e também do aço, conforme destacou Pablo Lira, diretor geral do Instituto Jones dos Santos Neves.

A Samarco vem em um processo de retomada e até 2028 vai operar com 100% da sua capacidade produtiva. Um dos passos para isso é o retorno das usinas de pelotização I e II, que ficam em Ubu, Anchieta, Espírito Santo.

Terras raras

Os elementos químicos chamados de terras raras são encontrados normalmente misturados a minérios e são de difícil extração, por isso recebem esse nome. Com capacidade de absorção e emissão de luz e seu magnetismo intenso, as terras raras podem ter diversos usos.

De acordo como o Ministério de Minas e Energia, elas são um conjunto de 17 elementos químicos: lantânio, cério, praseodímio, neodímio, promécio, samário, európio, gadolínio, térbio, disprósio, hólmio, érbio, escândio, túlio, itérbio, lutécio e ítrio.



FORÇA DA NATUREZA

Riqueza perdida na areia de Guarapari

Uma riqueza perdida nas areias de Guarapari, as terras raras são encontradas em abundância no País, mas é a dificuldade de extrair que dá a elas o próprio nome. Elas vêm sendo chamadas de ouro do futuro devido a sua importância para a produção de eletrônicos de alto valor agregado.

De acordo com o Ministério de Minas e Energia, elas são um conjunto de 17 elementos químicos: lantânio, cério, praseodímio, neodímio, promécio, samário, európio, gadolínio, térbio, disprósio, hólmio, érbio, escândio, túlio, itérbio, lutécio e ítrio.

Tratam-se de elementos considerados estratégicos para o processo de transição energética e relevante para produção de eletrônicos de ponta com alto valor agregado.

O físico nuclear e professor da Ufes Marcus Tadeu Orlando destacou que a areia monazitica, evidenciada principalmente em Guarapari, e conhecida por suas propriedades medicinais, também tem terra rara.

A terra rara pode ser utilizada na confecção de sistemas de defesa, como radar de detecção, para fabricação de imãs de alta intensidade, mas é também um material estratégico para eletrônica de alta qualidade embarcada em carros e aviões.

Também é usada para a produção de cerâmicas avançadas para as antenas de internet 6G, que permite o funcionamento de carros autônomos, cirurgias remotas, tudo com mais segurança, já que esse tipo de internet é praticamente instantânea.

Segundo ele, é possível extrair a terra rara da areia e devolvê-la para o seu local de origem. "É reciclar sem tirar a propriedade medicinal".

O professor lembrou que o maior produtor de terras raras é a China que passou a restringir a exportação. "Isso está causando problema na indústria de alta tecnologia, como na indústria de arma bélica. Estamos no meio de um conflito econômico e a China já fez essa restrição há seis meses".

No passado, milhares de toneladas de areia foram retiradas de Guarapari, 70 km de praia e restinga foram reviradas e destruídas e praias foram danificadas, conforme a revista Arquivo Público do Espírito Santo.

Ainda de acordo com a publicação, em 1986, o prefeito Graciano Espíndula conseguiu acabar com a exploração por meio de decretos e processos judiciais.

ROBERTA BOURGUIGNON - 16/01/2019



AREIA MONAZÍTICA é encontrada na Praia da Areia Preta, em Guarapari

ANÁLISE

"Precisamos atrair novos investimentos e novas tecnologias"



Durval Vieira de Freitas, CEO da DVF consultoria

"No Espírito Santo, mais de 50% do Produto Interno Bruto (PIB) depende da mineração, da siderurgia, do papel e celulose e de petróleo e gás. A curto prazo, até 2040, vamos continuar tendo uma participação efetiva do petróleo na nossa economia. Mas as reservas tendem a se esgotar, tal como o uso dele como energia.

Nós somos o quinto maior produtor de gás do Brasil, devemos ampliar nossa produção e ter novas formas também, como biometano. Essa é uma grande vantagem.

Somos o maior exportado de granito do Brasil e referência no mundo todo e isso deve ser aprimorado. Nós temos uma reserva imensa de sal-gema, que precisa de mais pesquisas e atração de investidores para ser explorada. Temos a bauxita, que é utilizada para produção do alumínio, cujo consumo deve crescer muito.

Em curto prazo estamos bem. Em médio prazo precisamos atrair novos investimentos e novas tecnologias. Nós somos um Estado com a população muito pequena, 2% da população brasileira. Isso é muito pouco para consumo. Nós temos que ter conhecimento e tecnologia. O grande investimento que o Estado precisa fazer é na educação que é a base de tudo isso".

Eufrázio



OPINIÃO ECONÔMICA

JOSÉ ALEXANDRE MACEDO

O futuro da administração pública nas cidades inteligentes

A acessibilidade de serviços públicos é um dos pilares mais importantes para a administração eficiente de cidades. Afinal, para que a gestão pública seja verdadeiramente eficaz, é necessário que todos os cidadãos tenham acesso rápido, simples e direto aos serviços essenciais que impactam suas vidas. No entanto, alcançar esse objetivo continua sendo um dos maiores desafios enfrentados pelas prefeituras no Brasil.

Barreiras como burocracia, falta de integração de sistemas e escassez de recursos tornam a administração pública, muitas vezes, distante da população. Por outro lado, esse mesmo cenário apresenta uma oportunidade sem precedentes para transformar as cidades por meio da inovação tecnológica.

Nesse contexto, as govtechs — startups que desenvolvem soluções tecnológicas para o setor público — têm emergido como aliadas estratégicas. Essas empresas estão criando ferramentas que conectam cidadãos e prefeituras, promovendo mais eficiência, transparência e inclusão.

A acessibilidade vai além de questões físicas, como rampas e transportes adaptados, trata-se de permitir que qualquer cidadão, independentemente de sua localização, condição econômica ou nível de alfabetização digital, consiga acessar os serviços públicos com facilidade.

Imagine um cidadão de uma área rural, por exemplo, que precisa agendar uma consulta médica ou solicitar reparos em infraestrutura urbana. Com o suporte das govtechs, ele poderia resolver essas demandas por meio de um aplicativo no celular, sem precisar gastar horas se deslocando até o centro da cidade. Da mesma forma, empreendedores locais poderiam obter licenças e realizar trâmites burocráticos sem sair de casa, economizando tempo e contribuindo para o desenvolvimento econômico. Esses avanços impactam diretamente a qualidade de vida da população e trazem benefícios concretos tanto para os cidadãos quanto para a gestão pública.

As govtechs, como a UpCities, vêm se destacando ao oferecer soluções que transformam a relação entre o cidadão e a administração pública. Plataformas digitais, inteligência artificial e big data são ferramentas fundamentais para modernizar processos, reduzir custos e, acima de tudo, colocar o cidadão no centro das decisões.

Um exemplo prático desse impacto é o uso de aplicativos que permitem ao cidadão reportar problemas urbanos, como buracos nas ruas, falta de iluminação ou problemas na coleta de lixo. Essas demandas são enviadas diretamente à prefeitura, que pode solucioná-las de maneira mais rápida e eficiente. Além disso, os dados gerados por essas interações ajudam os gestores públicos a identificar gargalos e priorizar investimentos de forma estratégica. Trata-se de uma administração guiada por dados, que é mais transparente e orientada às necessidades reais da população.



As govtechs vêm se destacando ao oferecer soluções que transformam a relação entre o cidadão e a administração pública

À medida que as cidades crescem e se tornam mais complexas, com populações maiores e demandas diversificadas, a necessidade de uma administração pública moderna e acessível se torna urgente.

O conceito de "cidade inteligente" vai além da tecnologia de ponta. Trata-se de criar um ecossistema onde a tecnologia trabalha a favor das pessoas, promovendo inclusão, conectividade e qualidade de vida. É sobre desenvolver soluções que não apenas resolvam problemas imediatos, mas também preparem as cidades para os desafios do futuro.

Sabemos que a tecnologia é uma poderosa aliada para transformar a gestão pública, mas também acreditamos que a inovação deve ser acompanhada por uma visão humanizada da administração pública.

O futuro das cidades depende de como as conectamos ao presente. Por meio das govtechs, estamos construindo um ambiente em que as prefeituras não apenas respondem às demandas da população, mas também antecipam suas necessidades, promovendo bem-estar e desenvolvimento. Afinal, aproximar o cidadão da prefeitura não é apenas uma questão de inovação, mas uma questão de cidadania. É assim que construiremos cidades mais inclusivas, resilientes e preparadas para o futuro.

JOSÉ ALEXANDRE MACEDO é diretor de tecnologia e CTO UpCities

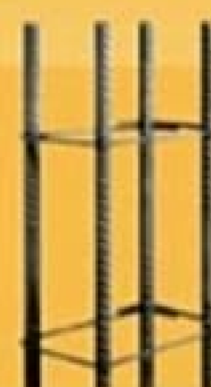
É HORA DE FAZER ACONTECER

ACELERE SEUS PLANOS COM + ECONOMIA

CASA DO SERRALHEIRO

PAGUE EM ATÉ 12X

COBRIMOS QUALQUER OFERTA


COLUNA PRONTA 5/16 7X20
R$84,90/peça


METALON GALVANIZADO 50X30X1,25
R$92,00/peça


TELHA GALVALUME 0,43MM
R$32,90/m²


PERFIL ENRIJECIDO 75X40X17
R$109,00/peça


ACM BRILHO 1,50X5,00
R$74,90/m²


CHAPA DRYWALL ST 12,5MM - 1,20X1,80M
R$23,90/m²



ARAME FARPADO NELORE 500M
R$550,00/un

27 3226-8045 www.casaserralheiro.com.br

*Ofertas válidas de 01/01/25 a 31/01/25. Imagens meramente ilustrativas.

Eufrázio

Economia

"Empresas precisam de mais energia masculina"

Foi o que disse Mark Zuckerberg, dono da Meta, em um podcast, ao falar sobre empresas que tem surgido "culturamente neutras"

DIVULGAÇÃO/FIVIDA



ZUCKERBERG contou que cresceu com três irmãs e tem três filhas, e deseja que as mulheres tenham sucesso nas empresas

NOVA IORQUE, EUA

O CEO do Facebook e do Instagram, Mark Zuckerberg, lamentou o surgimento de empresas "culturamente neutras", e que se distanciaram da "energia masculina". O executivo acrescentou ainda que é bom quando uma cultura "celebra um pouco mais a agressividade".

"A energia masculina, eu acho que é boa, e obviamente a sociedade tem bastante dissociada, mas acho que a cultura corporativa realmente estava tentando se afastar disso. A cultura corporativa meio que se tornou algo mais neutro", disse Zuckerberg em um podcast, na sexta-feira à noite.

Zuckerberg, que começou sua carreira avaliando a atratividade de mulheres na Universidade de Harvard (antes do Facebook, Mark criou um site chamado FaceMash onde os usuários podiam comparar fotos de mulheres e votar no que mais lhe atraia), revelou que cresceu com três irmãs e tem três filhas, e deseja que as mulheres tenham sucesso nas empresas.

"Se você é uma mulher entrando em uma empresa, provavelmente sente que é um ambiente muito masculino. Falta (às elas) a energia que você talvez tenha naturalmente", disse ele a Joe Rogan, considerado o apresentador do podcast mais popular do mundo, que tem 19 milhões de inscritos no YouTube e 15 milhões no Spotify.

"Queremos que as mulheres possam ter sucesso e que as empresas aproveitem todo o potencial de grandes profissionais, independentemente de sua origem ou gênero", completou, no podcast The Joe Rogan Experience.

POLÍTICAS

O episódio do podcast com Zuckerberg foi lançado poucos dias após a Meta flexibilizar suas políticas de moderação de conteúdo no Instagram e no Facebook, permitindo mais tolerância a críticas contra imigrantes, pessoas transgênero e não binárias, além de declarações excludentes estabelecidas no sexo ou gênero.

Na terça-feira, a Meta também anunciou o fim da verificação de fatos por terceiros nos EUA e, na sexta-feira, afirmou ter encerrado muitos de seus esforços internos de treinamento e contratados focados em aumentar a diversidade na força de trabalho.

Zuckerberg critica Biden

Desde as eleições nos EUA, Mark Zuckerberg tem buscado se alinhar ao presidente eleito Donald Trump, doando para seu fundo inaugural, nomeando um importante apoiador para o conselho da Meta e, mais recentemente, alterando as políticas de conteúdo de suas plataformas.

Zuckerberg criticou o governo Joe Biden durante entrevista, alegando que funcionários da Casa Branca "gritavam" e "xingavam" os funcionários da Meta durante discussões sobre moderação de conteúdo relacionado à covid-19 durante a pandemia.

Ele acrescentou que o governo ultrapassou os limites ao solicitar a remoção de publicações, incluindo sátiras, o que teria gerado desconfiança entre os eleitores. O dono da Meta já havia feito essas reclamações em uma carta ao Congresso, em agosto. "O governo dos EUA deveria defender suas empresas, não ser a ponta da lança atacando-as".

Recentemente, Zuckerberg reposicionou sua empresa para ser mais favorável a Trump, tendo jantado com ele em Mar-a-Lago, clube de Trump na Flórida.

Já Biden, em coletiva de imprensa na Casa Branca, expressou descontentamento com as decisões recentes da Meta.

"Quero o ego de um homem branco"

SÃO PAULO

A engenheira Magda Chambriard tem 45 anos de atuação em óleo e gás e chegou ao topo das duas instituições mais importantes do setor no Brasil, a Petrobras e a ANP (Agência Nacional do Petróleo, Gás Natural e Biocombustíveis).

São conquistas para poucos, e que mulheres da sua geração não eram incentivadas a buscar – pelo contrário, conta a própria, na entrevista à Folha de São Paulo.

"Tive situações onde colegas chegavam para mim, olhavam e falavam: 'Magda, eu gosto muito de você, está tudo ótimo, mas eu não consigo te obedecer porque você é mulher'. E eu respondia: bom, esse problema não é meu, né? É seu. Você que vai ter que lidar com isso", conta Magda Chambriard.

Promover diversidade na Petrobras é um grande desafio. Historicamente, a companhia é masculina. Pelo dado mais recente, de 2023, os homens representam 82,9% da força de trabalho, e as mulheres, 17,1%.

Chambriard ampliou o número de mulheres quando estava na ANP e começou a fazer o mesmo na diretoria da estatal. Empossou mulheres nas áreas de E&P (Exploração e Produção) e de Engenharia, que, juntas, controlam mais de 70% do orçamento da companhia.

RAFAEL PEREIRA/AGÊNCIA PETROBRAS



MAGDA é presidente da Petrobras

Ao falar sobre o poder do ego masculino na entrevista, ela disse:

"O networking masculino é muito forte. Assim como o ego. Na próxima encarnação, sendo homem ou mulher, eu queria o ego de um homem branco. Na minha carreira, nunca vi um homem que tenha recusado uma promoção, mas vi diversas mulheres recusarem porque não se sentiam capazes para o cargo. Gente, olha só: quem tem a responsabilidade de achar se você é capaz, ou não, é quem te indica. Não se preocupe. Mas ao menos vai lá e tenta".

DIVULGAÇÃO



CARTEIRA do trabalho: auxílio

SEGURO-DESEMPREGO

Reajuste de benefício eleva teto para R$ 2.424,11

O seguro-desemprego, importante auxílio para quem perdeu o emprego sem justa causa, passou por um reajuste que passou a vale a partir de ontem.

A tabela de faixas salariais, utilizada para calcular o valor da parcela, foi corrigida em 4,77%, acompanhando o Índice Nacional de Preços ao Consumidor (INPC) de 2024.

Com essa atualização, o teto do benefício subiu de R$ 2.313,74 para R$ 2.424,11, representando aumento de 110,37 reais. O valor mínimo, por sua vez, acompanhou a variação do salário mínimo, passando de R$ 1.412 para R$ 1.518.

Tanto quem já recebe o seguro-desemprego quanto quem irá solicitar o benefício a partir de agora serão contemplados com os novos valores.

O cálculo da parcela leva em consideração a média dos três últimos salários do trabalhador antes da demissão.

Para ter direito ao seguro-desemprego, o trabalhador precisa atender a requisitos como ter sido demitido sem justa causa e não estar recebendo benefício previdenciário continuado, exceto pensão por morte ou auxílio-acidente.

O prazo para solicitar o seguro-desemprego varia entre o 7º e o 120º dia após a demissão para trabalhadores formais, e entre o 7º e o 90º dia para empregados domésticos. O benefício pode ser solicitado através do Portal Emprega Brasil, do Ministério do Trabalho e Emprego.

COMO FICA O BENEFÍCIO

- SALÁRIO médio até R$ 2.138,76: 80% do salário médio ou o rendimento mínimo, prevalecendo o maior valor.
- SALÁRIO médio de R$ 2.138,77 a R$ 3.564,96: 50% sobre o valor que exceder R$ 2.138,76, acrescido de valor fixo de R$ 1.711,01.
- SALÁRIO médio acima de R$ 3.564,96: parcela fixa de R$ 2.424,11.

EXCEPCIONALMENTE, não publicamos hoje a coluna Mundo Digital, com Eduardo Pinheiro

Eufrázio

PROFISSÕES QUE RESISTEM

Meio século fazendo fotos para documentos no Estado

VEJA A ENTREVISTA COMPLETA COM SEU LEITOR DE QR CODE

OU ACESSE tribunaonline.com.br

O fotógrafo japonês Shiro Irie, de 82 anos, virou referência. Com 144 mil registros, ele busca estar sempre se aperfeiçoando

Verônica Aguiar

O fotógrafo japonês Shiro Irie, de 82 anos, se tornou referência em fotos para documentos no Espírito Santo. Ele trabalha com fotografia há 62 anos, somente no Estado tem meio século de experiência.

A humildade de reconhecer que precisava melhorar, a disposição para estudar e aperfeiçoar e a adaptação às novas tecnologias são pontos chaves que o permitiram atravessar tantas décadas realizando o mesmo trabalho, de formas diferentes.

"A fotografia me deu a alegria de conhecer muitos fregueses. Fiz pelo menos 144 mil fotos. Foi com a fotografia que criamos nossos filhos. Casaram, tenho genro capixaba, noras e netos capixabas", disse Shiro Irie.

A TRIBUNA – Onde nasceu?

SHIRO IRIE – Nasci na Ilha Formosa, atual Taiwan, que era colônia japonesa antes da Segunda Guerra Mundial, por isso sou japonês. Meu pai viveu 20 anos lá, tinha emprego fixo, casa própria. Eu e meus irmãos nascemos lá. Assim que terminou a guerra, fomos obrigados a sair.

> Foram para onde?

Fomos para Fukuoka, onde meus pais nasceram e onde moravam a maioria dos irmãos do meu pai. O governo cedeu um terreno no meio da montanha para algumas famílias sobreviverem, ficamos lá por nove anos.

> Como decidiram vir para o Brasil?

Nesse periodo houve uma propaganda do governo de que no Brasil estava precisando de mão de obra para trabalhar na lavoura e que pagava bem.

Viemos em 1957. Chegamos em Santos, São Paulo, como imigrantes. Depois da Segunda Guerra, o Japão não estava muito bem, faltava trabalho, alimentação. E no Brasil estava faltando mão de obra, acho que a ideia casou entre os governos. Viemos meus pais, eu e outros dois irmãos. A única irmã e um irmão ficaram no Japão.

> Como foi a viagem?

Eu tinha 14 anos, no navio de quase 100 metros de comprimento. Não tinha noção do que estava acontecendo. Pegamos um navio de origem holandesa via Hong Kong, Cingapura, atravessando o Índico, África, Cabo da Boa Esperança e depois para o Brasil. Levava dois meses. Tudo no porão!

> Como foi esse recomeço?

Para receber a carteira de identidade permanente para estrangeiro, tínhamos que trabalhar em uma fazenda de café, em São Paulo, com contrato de quatro anos. Se saísse antes ou fugisse, não receberia o documento.

> Conseguiram o documento? O que fizeram depois?

Conseguimos. Depois de seis anos, saímos dessa fazenda. Nós nem falávamos português direito, então procurávamos ir para onde tinha colônia japonesa. Perdi a conta de quantas vezes mudamos. Saíamos as famílias Irie e Fukuda, juntas desde o navio. Sempre lavoura. Por último, chegamos perto de Jundiaí, São Paulo. Até lá a família Fukuda estava junto e depois nos separamos. Meu pai conseguiu comprar um terreninho em Jundiaí.

> Como a fotografia entrou na sua vida?

Depois, parei em Itapecerica da Serra, São Paulo. Encontrei um fotógrafo que é japonês e comecei a aprender fotografia e gostei. Eu tinha uns 20 anos. Ele tinha um estúdio e fazia foto para documentos, casamento. Ele me ensinou e, como tinha outros negócios, deixou para mim essa parte e depois eu tomei conta.

> “Não conseguiria estar trabalhando até hoje se não fossem os capixabas, pois cheguei aqui sem conhecer ninguém”

Uma vez por mês, eu ia a São Paulo para fazer compra de material fotográfico. Um dia, vi as vitrines dos fotógrafos de lá. Pensei: "Não tenho como competir, a minha fotografia está bem inferior. Se vou viver de fotografia, tenho que fazer a minha parte".

> O que decidiu fazer?

Decidi sair da cidade, estudar fotografia e começar de novo. Falei com o meu patrão e consegui uma pessoa que garantiu que eu fosse para o Japão. Fiquei cinco anos em Tóquio aprendendo. Era um estúdio que tirava fotos para documentos e fazia casamentos no estilo japonês. O meu professor veio de uma família de várias gerações de fotógrafos. De 1965 a 1970 fiquei em Tóquio.

> Foi pensando em voltar?

Com certeza, já estava namorando naquela época. Nos conhecemos em Itapecerica da Serra, onde aprendi a fotografar. Temos três filhos capixabas.

> Como chegou ao Estado?

A família Fukuda veio parar em Linhares. Quando voltei do Japão, fui para o casamento da filha deles, representando a minha família. Na volta, o filho do Fukuda me mostrou o Convento da Penha, o Farol de Santa Luzia. Nossa, quando vi aquela paisagem me arrepiei! Já tinha montado um estúdio em São Paulo, mas pensei em fazer minha vida aqui. Comecei a montar o estúdio aqui em 1974. E depois voltei para casar. Em 1975, registrei o Foto Japan.

> O que te tornou referência em fotos para documento?

Sempre ouvi que fotografia para documento nunca fica boa. Decidi desafiar isso há 50 anos no Espírito Santo. Gosto é de cada um, então é difícil satisfazer o freguês, o que é a minha meta.

> Como o senhor aprendeu a fazer fotos de passaporte?

Todo mundo tirava fotos e todas eram recusadas. Fui procurar saber o porquê minha foto não foi aprovada, é questão de conversar. É obrigação do fotógrafo saber tamanho, dimensão. Depois que procurei os consulados, entendi como era a foto que eles precisavam e nunca mais tivemos problemas.

> Hoje te procuram mais para qual tipo de foto?

As fotos fora do estúdio quem faz é meu filho. Dentro do estúdio eu faço. As fotos de fregueses antigos principalmente.

> Quanto tempo de carreira?

Comecei com 20 anos. Estou com 82. São 62 de profissão, sendo 50 em Vitória. Tem que gostar, atender bem e melhorar a qualidade. Estou aqui por causa dos consulados que estão em Vitória e algumas agências que me dão preferência. As fotos para passaportes não são iguais. Tem diferença.

> “Eu já fiz fotos de governadores do Estado, como Albuíno Azeredo, Max Mauro e Gerson Camata. Ator da Globo também”



FÁBIO NUNES/AT

SHIRO IRIE, que trabalha em Vitória, veio ainda garoto para o Brasil, fez serviços na lavoura quando jovem e conquistou o sucesso com a fotografia

Shiro Irie

- Fotógrafo japonês, de 82 anos, que nasceu em Ilha Formosa, atual Taiwan, quando era colônia japonesa. Veio para o Brasil com 14 anos e há meio século trabalha em Vitória, onde se tornou referência em fotos para documentos, melhorando a técnica e se adaptando às novas tecnologias.
- CASADO COM CECÍLIA Tsuyako Tanigawa Irie, de 74 anos, fotógrafa. Pai de Christiano Naoto Irie, de 48 anos, Lilian Miwa Irie da Motta, 47 anos, e Hélio Manabu Irie, 45 anos.

PROFISSÕES QUE RESISTEM

O segredo de uma carreira longeva

Trabalhar há várias décadas exercendo a mesma atividade não é uma tarefa simples. Por isso, a reportagem conversou com profissionais para saber qual é o segredo da longevidade no mercado.

Independentemente do segmento, os profissionais destacam que gostam do que fazem, procuram sempre aperfeiçoar e se adaptar as transformações impostas pelo mercado.

Trabalhando com carpintaria desde os 14 anos, Geraldo Sérgio Coutinho, 64 anos, se dedica ao mesmo ofício há meio século. O trabalho foi aprendido com o próprio pai, que era marceneiro.

Atualmente, ele faz principalmente revestimento de parede, deck de piscina, deck de jacuzzi, por exemplo. "A carpintaria não se aprende do dia para a noite, tem que gostar e ir sempre se aprimorando, porque você está sempre aprendendo", contou.

Ele explicou que o trabalho é rentável para quem faz um serviço bem feito, e que é justamente a qualidade do serviço o segredo para ficar no mercado por tanto tempo. Apesar de ter Instagram, ele garante que sua maior propaganda é o boca a boca feito pelos próprios clientes.

Já Carlos Moreti, de 58 anos, é estilista há 40 anos. E para ele, o segredo da longevidade na profissão é gostar do que faz.

"É muito bonito você criar uma roupa e encontrá-la desfilando na rua. É como se fosse um filho seu, ao vestir o corpo, a roupa fica mais linda ainda e isso me dá prazer", detalhou.

Além das ruas, as roupas também ganham as produções audiovisuais. Ele já criou, por exemplo, figurino usado pelo ator Rodrigo Santoro em filme com cenas no Estado, roupas para atores como Caio Castro, Lucas Lucco, entre tantos outros.

Para ele a adaptação às mudanças do mercado é uma necessidade para se manter competitivo. Ele conta que é da época em que eram feitas de duas a quatro coleções de roupas por ano e que hoje são pequenas coleções mensais:

Antes, ele imaginava e fazia o molde, fazia a peça e entregava pronta. Contudo, atualmente é tudo dentro de um programa de computador, onde é feita a criação e a apresentação de uma coleção virtual, que passa pelo crivo de diversos profissionais como marketing, vendas.

"No final, você adequa tudo, para modelar tudo e fazer a peça. Nós temos que ser mutáveis de acordo com o mercado", ressaltou o estilista.

ACERVO PESSOAL



MORETI é estilista há 40 anos

ACERVO PESSOAL



GERALDO COUTINHO tem 64 anos e se dedica à carpintaria há meio século, tendo aprendido o ofício com o pai

Achar que sabe de tudo é o grande erro, diz psicóloga

O mercado de trabalho está em constante transformação e um dos principais erros que um profissional pode cometer neste cenário é se acomodar, de acordo com a psicóloga e doutoranda em Psicologia Juliana Pereira.

"O grande erro é se acomodar, acreditando que já sabe tudo", pontuou. Ela frisou que um profissional que é especialista na sua área e está sempre atento aos novos aprendizados, que se disponibiliza a novas experiências, é diferenciado e competitivo.

Por outro lado, observa que quando o profissional percebe que sua atividade contribuiu com os seus clientes, ele fica mais motivado.

"Cria-se a sensação de 'dever cumprido'. E isso é potencializado, quando os indivíduos recebem elogios de seus clientes, isso reforça o senso de competência e de auto eficácia".

Para o consultor empresarial Sidcley Gabriel, profissionais que permanecem décadas na mesma área geralmente enxergam seu ofício como parte da própria identidade, encontrando significado em suas entregas e impacto na vida das pessoas.

Essa conexão emocional, segundo ele, cria resiliência diante de desafios e ainda motivação, mesmo diante de adversidades.

Os detalhes

Carreira

Para se manter no mercado por décadas, na mesma profissão, a psicóloga e doutoranda em psicologia Juliana Pereira explica que importante que o profissional esteja satisfeito. "Adversidades vão surgir, mas, uma pessoa que encontra satisfação na sua atividade profissional, tende a se manter nela por mais tempo".

As pessoas buscam satisfazer três tipos de necessidades, segundo ela: de sobrevivência, conexão social e de autodeterminação. Na prática, um trabalho deve garantir remuneração adequada, que permita alimentação de qualidade, aquisição de bens materiais (casa, carro) e imateriais (estudar, viajar e realizar sonhos).

Pessoas que trabalham onde conseguem manter um relacionamento saudável de convivência e até amizade com seus pares e sentem que estão contribuindo para a sociedade, vão se manter por mais tempo no emprego, segundo ela.

Resiliência no mercado

1 IDENTIDADE

Profissionais que permanecem décadas na mesma área geralmente enxergam seu ofício como parte da própria identidade, encontrando significado em suas entregas e impacto na vida das pessoas, segundo o consultor empresarial Sidcley Gabriel. Essa conexão emocional, segundo ele, cria resiliência e motivação. Esses profissionais constroem um legado de confiança e credibilidade, tornando-se referências em suas áreas:

"Eles desenvolvem a capacidade de se reinventar sem perder a essência, equilibrando tradição e inovação. Mais do que habilidades técnicas, é a visão de longo prazo e o compromisso com valores sólidos que sustentam essa trajetória duradoura".

2 ADAPTABILIDADE

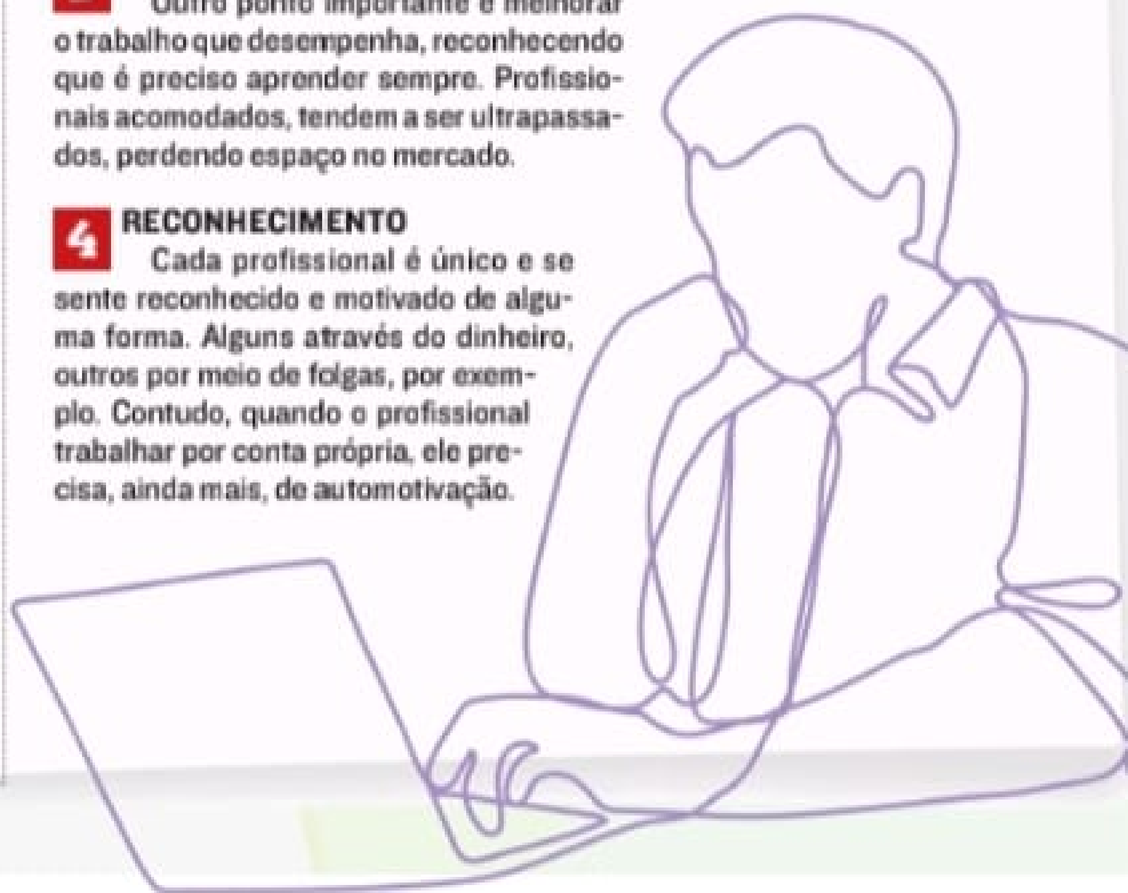
Conseguir se adaptar às mudanças no mercado e as novas formas de realizar o mesmo trabalho, com outras tecnologias, por exemplo, é um dos pontos essenciais para conseguir se manter tantos anos na mesma profissão.

3 APERFEIÇOAMENTO

Outro ponto importante é melhorar o trabalho que desempenha, reconhecendo que é preciso aprender sempre. Profissionais acomodados, tendem a ser ultrapassados, perdendo espaço no mercado.

4 RECONHECIMENTO

Cada profissional é único e se sente reconhecido e motivado de alguma forma. Alguns através do dinheiro, outros por meio de folgas, por exemplo. Contudo, quando o profissional trabalhar por conta própria, ele precisa, ainda mais, de automotivação.



ANÁLISE



Cosme Peres, vice-presidente da Ass. Brasileira de Recursos Humanos (ABRH-ES)

"Investir em novos aprendizados"

"Além da resiliência e da adaptação, algumas atitudes são primordiais para que um profissional se mantenha competitivo no mercado de trabalho atual, marcado por constantes e rápidas mudanças.

Investir constantemente em novos aprendizados, acompanhar as tendências da sua profissão, demonstrar flexibilidade para lidar com mudanças tecnológicas e comportamentais, cultivar uma rede sólida de relacionamentos são atitudes que sustentam e ampliam a relevância de um profissional no mercado.

Ter longevidade profissional também requer uma busca constante por equilibrar o sucesso profissional e a qualidade de vida, o cuidado com a saúde física e mental. É preciso destacar que o foco na satisfação do cliente sempre será um pilar essencial para o sucesso profissional.

Profissionais que demonstram empatia, escuta, compreensão e que entregam valor para o cliente conseguem criar e manter uma reputação que transcende gerações.

Por fim e não menos importante, a paixão pelo que faz é um elemento indispensável. Pessoas com brilho nos olhos e motivadas são capazes de se reinventar e permanecer relevantes, tornando-se inspiração".

Eufrázio

Política

E-MAIL: politica@redetribuna.com.br

FOTOS: DIVULGAÇÃO





ANDERSON GOGGI, SAULINHO DA ACADEMIA E OSVALDO MATURANO são aliados dos prefeitos em seus respectivos municípios e querem ampliar a relação com as prefeituras em seus mandatos

Concursos nos planos das câmaras

Os presidentes dos legislativos municipais da Grande Vitória ainda buscam, durante o biênio 2025/2026, fazer mudanças estruturais

Rodrigo Péret

Concursos e mudanças estruturais fazem parte dos planos dos presidentes das Câmaras Municipais da Grande Vitória, que assumiram ou reassumiram o posto no início do ano para o biênio 2025/2026. Todos são aliados dos respectivos prefeitos e também desejam aumentar a relação do Legislativo com Executivo.

Em Vitória, Anderson Goggi (PP) destacou ser necessária a mudança de local da câmara da capital para um lugar mais adequado.

"A estrutura atual da câmara está num local tombado, que não tem acessibilidade e não nos permite fazer reformas necessárias, já que o prédio não suporta a quantidade de servidores que temos", conta.

O progressista confirma que a Mesa Diretora da Câmara da capital está avaliando a possibilidade de uma mudança para o Centro de Vitória.

"É uma das formas de revitalizar o Centro também, que perdeu muitos departamentos do Poder Público. Mas isso será discutido com a sociedade e o comércio local. Nós identificamos uma área onde hoje é um estacionamento, nos fundos da antiga Mesbla. Era um local da União que foi cedido à prefeitura, e vamos dialogar sobre a possibilidade", acrescenta.

Na Serra, Saulinho da Academia (PDT) foi reeleito para o comando da Câmara e pretende realizar uma série de reformas administrativas, incluindo o lançamento de um concurso público para preenchimento de cargos.

"Nós vamos constituir uma comissão especifica para tratar disso, e definir o número de vagas. Também já implementamos a exigência de qualificação e escolaridade para cargos de gabinete, seguindo orientações do Ministério Público e do Tribunal de Contas do Estado", ressaltou.

Já o presidente da Câmara de Vila Velha, Osvaldo Maturano (PRD), disse que irá em breve criar procuradorias da Mulher e da Infância Segura.

"E também vamos levar a câmara para o interior das comunidades. Iremos sentir as dores das pessoas e buscar soluções ao lado delas e para elas. Isso é empatia, é respeito ao dinheiro público, é auxiliar a eficiência da gestão".

> Os presidentes das Câmaras de Cariacica, Lelo Couto (MDB) e Guarapari, Sabrina Astori (PSB) também foram procurados, mas não houve retorno até o fechamento desta edição.

SAIBA MAIS

Câmara de Vitória

TRANSFERÊNCIA DE LOCAL

> ANDERSON GOGGI (PP), que assumiu a presidência da Câmara no início do ano, contou que está nos planos uma mudança de local da Casa para o Centro de Vitória.

> A TRANSFERÊNCIA de local chegou a ser cogitada pela gestão anterior, mas não houve definição. Goggi disse que uma área chegou a ser identificada, mas que qualquer mudança será debatida com a sociedade.

> "VAMOS COMEÇAR a discussão sobre o tema neste semestre. A estrutura atual não suporta a quantidade de servidores que temos", explicou.

POTENCIALIZAÇÃO DE MANDATOS

> "O OBJETIVO é possibilitar aos parlamentares de Vitória condições para trabalhar, com ferramentas que permitam que eles possam se comunicar melhor com a sociedade e terem um diálogo mais claro com seus eleitores", afirmou.

RELAÇÃO COM O PREFEITO

> "O FATO de a câmara estar próxima ao prefeito não tira nossa independência. Teremos uma relação de parceria, e não de submissão, e isso é uma via de mão dupla", declarou.

POLARIZAÇÃO NA CÂMARA

> "QUERO SER uma ponte e não criar barreiras, porque precisamos trabalhar em prol da população".

CÂMARA ITINERANTE

> "TEMOS NOVE REGIONAIS e vamos fazer audiências dentro das comunidades, próximo ao povo, que poderá questionar e acompanhar os projetos. Traremos debates com os vereadores e com a população sem que isso se torne mera autopromoção".

Câmara da Serra

CONCURSO PÚBLICO

> REELEITO PARA comandar a Câmara, Saulinho da Academia (PDT) confirmou que será criado um concurso público para preencher uma série de vagas no Legislativo municipal.

> SAULINHO diz ter dado início a uma série de reformas administrativas, incluindo a implementação de exigência de qualificação e escolaridade para cargos de gabinete.

PROJETOS

> SAULINHO CONTOU que a Mesa Diretora está em processo de diálogo e planejamento estratégico para definir as ações prioritárias para o biênio. "Objetivo é desenvolver projetos que tenham impacto positivo direto no dia a dia dos cidadãos, fortalecendo iniciativas que promovam maior integração entre Câmara e sociedade".

RELACIONAMENTO COM PREFEITO

> "NOSSO COMPROMISSO é trabalhar juntos, com respeito à independência dos Poderes, para tudo aquilo que seja essencial para o desenvolvimento da Serra", afirmou.

POLARIZAÇÃO

> "APESAR DAS DIFERENÇAS, todos nós estamos unidos pelo objetivo comum de construir uma Serra mais justa e desenvolvida. Nosso papel será garantir que as discussões sejam produtivas e que a Câmara continue sendo um espaço de construção de boas políticas públicas".

Câmara de Vila Velha

DIÁLOGO COM COMUNIDADES

> O PRESIDENTE DA Câmara, Osvaldo Maturano (PRD), disse que pretende levar a Câmara para o interior das comunidades.

> "NÓS IREMOS sentir as dores das pessoas e buscar soluções ao lado delas e para elas. Isso é empatia, é respeito ao dinheiro público, é auxiliar a eficiência da gestão", declarou Maturano.

CRIAÇÃO DE PROCURADORIAS

> "VAMOS CRIAR a Procuradoria da Mulher, para combater a violência crescente e alarmante contra as mulheres, para criar um ambiente onde elas se sintam seguras e auxiliadas juridicamente e com políticas públicas", afirmou.

> "E TAMBÉM VAMOS criar a Procuradoria da Infância Segura e, em parceria com o Tribunal de Justiça, disseminar na cidade o aplicativo criado para denunciar a violência contra a criança e como devemos protegê-las", completou.

RELAÇÃO COM O PREFEITO

> "SERÁ DE TRABALHO em conjunto, em prol do desenvolvimento da cidade, mas exercendo papel constitucional que cabe ao Legislativo, dentro da independência dos Poderes".

POLARIZAÇÃO

"Temos que respeitar posicionamentos, ideias, projetos, mas temos a responsabilidade de não travar o progresso de Vila Velha. Disse em meu discurso de posse que a história irá nos lembrar como aqueles que ajudaram o desenvolvimento da cidade ou nos cobrar pelo atraso dela".

DIVULGAÇÃO/ PMV



PRÉDIO DA CÂMARA DE VITÓRIA: o novo comando da Casa pensa em transferir a sede legislativa municipal para o centro da capital

ANÁLISE



Vinicius Zuccolotto, cientista político

"É preciso harmonia entre os poderes"

"A relação entre Legislativo e Executivo municipais deve seguir o parâmetro da Constituição Federal: deve haver independência e harmonia.

Apesar disso, é comum vermos o Executivo influenciando o Legislativo, por conta da maior visibilidade que o prefeito tem e do fato dele ter em mãos inúmeros cargos e indicações, que podem ser usados como barganha para aprovar suas demandas no legislativo. Parece imoral, mas é comum nas democracias, em diversas situações.

Já a polarização nacional não é tão forte na Grande Vitória, em termos de municípios. Essa relativa distância da polarização nacional favorece que as Câmaras Municipais tomem decisões pautadas em demandas locais, que interferem objetivamente no dia a dia dos cidadãos.

O presidente da Câmara deve se portar como uma autoridade de administração da Casa, possibilitando que de fato o espaço da Câmara seja um espaço democrático, em que todas as vozes tenham vez.

Eufrázio

PLENÁRIO



POR EDUARDO MAIA | plenario@redetribuna.com.br

Mudança de atitude de vice

Desde a eleição de outubro de 2024 há conjecturas de quais nomes estarão na disputa de 2026. O governador Renato Casagrande (PSB) já afirmou que caso deixe o Palácio Anchieta com antecedência para disputar vaga no Senado, o vice Ricardo Ferraço (MDB) se transforma no nome natural para disputar o governo do Estado, já que será ele a ocupar o gabinete se Casagrande se ausentar.

O mesmo discurso tem sido feito por aliados do governador, também cotados para disputar o governo — Arnaldinho (Pode), Euclério (MDB) e Sergio Vidigal (PDT). Entretanto, já no início de 2025, Ricardo parece estar cacifando cada vez mais seu nome: tem feito questão de estar cada vez mais perto de Casagrande nas solenidades, e sabendo da importância, tem fomentado cada vez mais suas redes sociais com conteúdos de protagonismo do governo, que ele também faz parte.

* * *

Ajuda para isso vai ter

Nos bastidores do Palácio Anchieta uma coisa está garantida: todo grupo do governador está garantido para que ajude Ricardo Ferraço a ser alçado ao governo. Mesmo assim, ainda há cautela, visto que falta tempo para a chegada das eleições. Enquanto isso, o emedebista deverá continuar intensificando seu trabalho por todo o território capixaba.

Vai assumir cadeira?

Está cada vez mais claro para aliados de Vitória, Lorenzo Pazolini (Rep), que o presidente estadual do Republicanos, Erick Musso, deve em breve ser nomeado secretário de Governo. Entretanto, ainda há dúvidas no ar, já que em Vitória existe lei que determina que um secretário precisa de curso superior para assumir. Cenas dos próximos capítulos.

* * *

REDES SOCIAIS



Joelma saiu com presentes

Cantora paraense Joelma, que gravou ontem DVD em um show na Praça do Papa, na capital, não saiu da cidade de mãos vazias. Prefeito e vice-prefeita, Lorenzo Pazolini (Rep) e Cris Samorini (PP), respectivamente, a presentearam com panela de barro e chocolates tradicionais capixabas.

Ainda de fora

Após o prefeito da Serra, Weverson Meireles (PDT), ter divulgado a lista de nomes que compõe seu novo secretariado, os tucanos ficaram com uma "pulga" atrás da orelha.

Isso porque o partido, que integrou o grupo de Weverson no 2º turno — no 1º compôs vice de Audifax (PP) —, não foi contemplado com espaço na gestão. Em nota o PSDB, através do deputado Vandinho, informou que a sigla acredita e apoia Weverson, independente de cargos.

* * *

Parceria entre Tribunal de Justiça e OAB-ES

Solucionar questões para levar melhorias aos advogados foi o ponto central da reunião do presidente do Tribunal de Justiça do Espírito Santo (TJ-ES), desembargador Samuel Meira Brasil Jr e a presidente da OAB-ES, Erica Neves. Durante encontro recente, ficou acordada criação de um canal automatizado para que advogados possam solicitar, de forma ágil, desarquivamento de processos. A nova medida elimina a necessidade de peticionamento.

GALERIA

QUER SE ARTICULAR

Ex-presidente da Câmara de Vila Velha Bruno Lorenzutti (MDB), que deve se filiar em breve ao Podemos, teria a vontade de não compor nenhuma equipe no momento, para ficar livre visando articulações pra 2026, quando pretende disputar uma das 30 cadeiras da Assembleia Legislativa.

1ª PRESIDENTE MULHER

Vereadora Sandra Gomes (PSB) foi eleita presidente da Câmara de Laranja da Terra. Sandra, mulher do ex-deputado estadual Gilson Gomes, será a primeira mulher a comandar a Casa laranjense.

INTERCÂMBIO COM INSTITUTO

Vereador de Vitória Pedro Três (PSB) iniciou seu mandato visitando o Instituto Jones dos Santos Neves (ISJN), presidido por Pablo Lira (PSB). Com bandeiras voltadas para o desenvolvimento econômico, ciência, inovação, e tecnologia, Três destacou a importância de parcerias com instituições de referência como o ISJN.

FOTOS: AGÊNCIA ESTADO E REPRODUÇÃO INTERNET



LULA cobra investigação, após invasão em assentamento (destaque), no interior paulista, deixar pelo menos 2 mortos

ATAQUE A ASSENTAMENTO

Lula aciona Federal para investigar mortes

Petista manda ministro acompanhar apuração sobre o ataque em acampamento do MST, que ainda teve 6 feridos em Tremembé (SP)

SÃO PAULO

O governo do presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) determinou que a Polícia Federal (PF) investigue o ataque a um assentamento do Movimento dos Trabalhadores Rurais Sem Terra (MST) que deixou ao menos dois mortos em Tremembé (SP), na região do Vale do Paraíba.

O boletim da Segurança de São Paulo confirma duas vítimas fatais: dois homens, de 28 e 52 anos, além de seis feridos, entre 18 e 49 anos. Porém, segundo o Ministério de Direitos Humanos e Cidadania, o ataque deixou três mortos e cinco feridos.

O Ministério da Justiça e Segurança Pública (MJ-SP) encaminhou um ofício ao diretor-geral da PF, Andrei Rodrigues, determinando a abertura de uma investigação criminal para apurar o caso.

O Ministério da Justiça fundamentou o pedido de investigação em um trecho da Constituição, que diz que a PF poderá atuar em casos com repercussão interestadual ou internacional, especialmente quando relacionados a violações de direitos humanos.

De acordo com o ministro do Desenvolvimento Agrário e Agricultura Familiar, Paulo Teixeira, a medida atende a um pedido do presidente Lula.

"Indo a Tremembé, a pedido do presidente Lula, para acompanhar as investigações do atentado que levou a óbito três agricultores do assentamento Olga Benário. No total foram oito atingidos. O Presidente determinou que a PF também acompanhe as investigações", informou Teixeira em suas redes sociais.

Mais cedo, o ministro informou que comunicou o crime ao secretário de Segurança Pública de São Paulo, Guilherme Derrite, e solicitou providências para a prisão dos responsáveis pelo ataque.

O caso está sob investigação da Polícia Civil de Taubaté. De acordo com a Secretaria da Segurança Pública de São Paulo, depoimentos colhidos das vítimas apontam que os disparos foram feitos por suspeitos que chegaram ao local em carros e motos.

A Polícia Civil anunciou ontem que prendeu um homem de 41 anos suspeito de ter participação no ataque. O preso teria admitido envolvimento no caso. Sua identidade não foi revelada pela polícia.

O caso foi registrado como homicídio, tentativa de homicídio e porte ilegal de arma de fogo.

Em meio à polêmica, vice do PT evita confronto com Janja

O vice-presidente do PT e prefeito de Maricá (RJ), Washington Quaquá, reforçou a defesa dos irmãos Domingos e Chiquinho Brazão, acusados de mandar matar a vereadora do Rio Marielle Franco.

Em entrevista ao Estadão, ele sugeriu a criação de uma comissão de juristas para reavaliar o caso e atestar a inocência dos dois. Quaquá também evitou confrontar a primeira-dama Rosângela da Silva, a "Janja" e rebateu a ministra da Igualdade Racial, Anielle Franco.

Ambas criticaram a posição dele em favor dos irmãos Brazão.

AGÊNCIA CÂMARA



QUAQUÁ: pente-fino em apuração

Na última quinta-feira, Quaquá publicou uma foto ao lado dos familiares dos Brazão e disse que eles foram presos injustamente. A publicação causou desconforto no partido e provocou reação pública de Janja, Anielle e da presidente do PT, Gleisi Hoffmann.

A sigla discute punições ao prefeito de Maricá, com uma ala defendendo a expulsão dele da legenda. Segundo Quaquá, é necessário fazer um "pente-fino" no inquérito realizado pela Polícia Federal.

Eufrázio

POSSE DE TRUMP

Bolsonaro terá de comprovar convite

Ministro do Supremo, Alexandre de Moraes manda ex-presidente apresentar convite para ir à cerimônia nos EUA, no fim do mês

AGÊNCIA ESTADO – 26/06/2023



BOLSONARO e sua defesa garantem que vão apresentar documento oficial

BRASÍLIA

O ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) Alexandre de Moraes determinou que a defesa do ex-presidente Jair Bolsonaro (PL) apresente documento oficial que comprove o convite à cerimônia de posse de Donald Trump, no próximo dia 20.

Para poder viajar aos EUA neste mês, Bolsonaro precisa que seu passaporte, apreendido em fevereiro do ano passado pela Polícia Federal, seja liberado por Moraes.

Segundo o ministro do STF, é preciso uma complementação probatória por parte da defesa. Moraes afirmou em documento publicado ontem que, "após a necessária complementação", a Procuradoria-Geral da República (PGR) deve se manifestar sobre o pedido feito por Bolsonaro.

O ministro do STF se amparou no artigo 236, do Código de Processo Penal. A legislação estabelece que documentos em língua estrangeira serão, se necessário, traduzidos por tradutor público, ou, na falta, por pessoa idônea nomeada pela autoridade.

Moraes questiona a origem do e-mail pelo qual teria sido feito o convite de Trump. "O pedido não veio devidamente instruído com os documentos necessários, uma vez que, a mensagem foi enviada para o e-mail do deputado Eduardo Bolsonaro por um endereço não identificado: "info@t47inaugural.com", e sem qualquer horário ou programação do evento a ser realizado", afirmou.

O convite citado por Bolsonaro é um e-mail encaminhado a seu filho Eduardo. A defesa juntou ao ofício cópia da mensagem enviada em português para o deputado federal Eduardo Bolsonaro (PL-SP) e encaminhada ao seu pai, na qual o comitê de posse indaga se o ex-presidente poderá participar do evento.

O passaporte de Bolsonaro está retido por ordem de Moraes desde fevereiro. O ministro também determinou, em 2024, que o ex-presidente não se comunique com os demais investigados, como forma de preservar as investigações da PF.

O advogado e ex-chefe da Secretaria de Comunicação Social de Jair Bolsonaro (PL), Fabio Wajngarten, afirmou ontem que o ex-presidente aceitou apresentar a Moraes o convite que recebeu para participar do grupo do presidente eleito dos EUA, Donald Trump.

Condenado a pagar 2 milhões por incitar atos golpistas

NATAL, RN

O deputado federal General Girão (PL-RN) foi condenado pela Justiça Federal do Rio Grande do Norte a pagar R$ 2 milhões em danos morais coletivos sob acusação de estimular atos antidemocráticos depois das eleições de 2022.

A decisão também estabelece multa à União em razão de nota conjunta assinada por comandantes das Forças Armadas no governo Bolsonaro em meio aos acampamentos denominados golpistas e determina a realização de cerimônia pública com pedido de desculpas. Cabe recurso.

AGÊNCIA CÂMARA



DEPUTADO GIRÃO: acusado

No caso de Girão, a 4ª Vara Federal do Rio Grande do Norte determinou que ele apague, em até dez dias, publicações no Instagram, Facebook e X relacionadas aos atos pós-eleição.

Para os procuradores do Ministério Público Federal no Rio Grande do Norte, que moveram a ação em 2023, o deputado usou ativamente as redes sociais para incitar manifestações antidemocráticas, especialmente a continuidade de um acampamento bolsonarista que havia sido montado ainda em 2022, nas proximidades do 16º Batalhão de Infantaria Motorizada, em Natal.

COLUNA DO ESTADÃO

POR ROSEANN KENNEDY, EDUARDO GAYER E AUGUSTO TENÓRIO | colunadoestadao@estadao.com

Correção em certidão de óbito de vítimas da ditadura militar

A ordem do Conselho Nacional de Justiça (CNJ) para que cartórios citem a violência estatal em certidões de óbito de mortos e desaparecidos pela ditadura militar envolve mortes de brasileiros em outros seis países.

O prazo dado pelo CNJ aos cartórios termina amanhã. Uma parte das vítimas morreu na Argentina, Bolívia, Chile, Espanha, França e Holanda. Agora, as certidões das 434 pessoas assassinadas pela ditadura, segundo a Comissão Nacional da Verdade, terão a seguinte inscrição: "Morte não natural, violenta, causada pelo Estado a desaparecido no contexto da perseguição sistemática à população identificada como dissidente política no regime ditatorial instaurado em 1964".

AÇÃO. O processo, aprovado por unanimidade, foi relatado pelo presidente do Supremo Tribunal Federal (STF) e do CNJ, Luís Roberto Barroso. No caso das mortes no exterior, a certidão de óbito é gerada naquele país e registrada também no Brasil. As informações são do Colégio Notarial, que representa os cartórios

KLEBER SALES/ESTADÃO



SINAIS PARTICULARES. Luís Roberto Barroso, presidente do STF

PREVENÇÃO. A segurança para o ato que marcou os dois anos do 8 de Janeiro, na quarta-feira, incluiu militares do Exército no terraço do Palácio da Justiça, ao lado do Planalto. A Esplanada dos Ministérios foi fechada para o evento, que começou na sede do governo e terminou com o presidente Lula e outras autoridades na Praça dos Três Poderes.

ESTRATÉGIA. O Exército também orientou que os servidores do Ministério da Justiça deixassem as janelas do prédio fechadas e as persianas abertas, para facilitar a observação da rua.

PENALIDADE. O TSE manteve a multa aplicada à historiadora Thereza Collor, ex-cunhada do ex-presidente Fernando Collor, por irregularidades na campanha de 2018, quando ela se candidatou a deputada federal pelo PSDB de São Paulo, mas não se elegeu. A decisão, assinada no ano passado, está sob análise no Ministério Público Eleitoral.

ENTENDIMENTO. A Prefeitura do Recife assinou em novembro um acordo extrajudicial para pagar R$ 6,8 milhões à empresa AJS Comércio. Segundo a PF, a companhia pertence ao empresário Sebastião Figueiroa, preso no último dia 18 por suspeita de fraudes em licitações. A prefeitura e Figueiroa negam irregularidades.

GESTÃO ANTERIOR. O acordo prevê pagamento de dívida por compra de 350 mil aventais descartáveis em 2020, na pandemia. Na época, o prefeito da cidade era Geraldo Júlio, do PSB, mesma sigla do atual, João Campos.

É PRECISO... Secretário de Comunicação do PT, Jilmar Tatto (SP) afirmou que o partido realizará um "processo de renovação total" no primeiro semestre de 2025. "Com certeza, vai dar uma bela oxigenada nos nossos dirigentes, na nossa militância", disse, em entrevista ao Papo com Editor, programa do Broadcast/Estadão.

...MUDAR. Na avaliação de Tatto, o PT tem de voltar a fazer "trabalho na periferia", com objetivo de retomar uma relação mais direta com a população.

REDES SOCIAIS



CLICK - Luciano Amaral, líder do PV na Câmara, com o governador em exercício de Alagoas, Marcelo Victor, na última semana, após uma reunião no Palácio República dos Palmares, sede do governo estadual.

PRONTO, FALEI!



"O ano de 2025 será difícil por causa da deteriorada relação entre os Poderes. Há irritação generalizada de parlamentares e a reação será sobre a pauta do governo"

JOÃO HUMMEL, diretor executivo da Action

Eufrázio



CLÁUDIO HUMBERTO

www.claudiohumberto.com.br | claudiohumberto@odianet.com.br

"Que rito democrático é esse?"

Deputado Osmar Terra (MDB-RS) sobre Lula mandar representante do Brasil para posse do ditador Nicolás Maduro

Ministros de Lula fizeram 1.684 viagens em 2024

Não é só o presidente Lula que adora desfrutar das mordomias que o cargo confere. Assessores do petista com cadeira na Esplanada seguem o exemplo do chefe e esbanjam em viagens, tudo bancado pelo pagador de impostos.

Ao todo, os ministros de Lula fizeram ao menos 1.684 viagens, registra o Portal da Transparência. O pernambucano Silvio Costa Filho (Portos e Aeroportos) aparece no topo do ranking, soma 99 decolagens em 2024, ao custo de R$ 305,5 mil em passagens e diárias.

Gasta mesmo

Camilo Santana (Educação) levantou voo ao menos 73 vezes, entre viagens nacionais e internacionais, ao custo de R$ 307 mil.



Sem piedade

Nísia Trindade (Saúde) e Waldez Goés (Integração) registram 65 viagens cada. Só o tour de Nísia por Washington (EUA) custou R$ 156.100

Chanceler de enfeite

Quem mais custou ao pagador de impostos foi Mauro Vieira (Relações Exteriores), as 30 viagens do ministro custaram R$ 788.900,00.

Deu tempo

Antes de sentar-se na cadeira de ministro do STF, Flávio Dino passou um mês como ministro da Justiça em 2024. Foi duas vezes a São Luís (MA).

Fim do foro privilegiado está parado há 7 anos

A Proposta de Emenda à Constituição (PEC) que acaba com o "foro especial por prerrogativa de função", conhecido como foro privilegiado, está há sete anos sem tramitar, nem mesmo muda de gaveta. Já aprovado no Senado, o texto acabou esquecido na Câmara dos Deputados, onde nada acontece com o projeto desde 26/06/2017.

A data de apresentação da proposta é ainda mais antiga, 2013, mas há projetos apensados, que tramitam juntos ao texto principal, que vão completar 20 anos em 2025.

Manobra

A proposta de 2005 foi apresentada por um petista, em pleno Escândalo do Mensalão, uma manobra para tirar a tramitação do processo do Supremo Tribunal Federal (STF).

Corta pra geral

Enquanto a proposta petista mirou apenas deputados e senadores, a proposta de 2017, de Álvaro Dias, extingue o foro especial para todos.

Ignorados

Desde que estacionou na Câmara, deputados já apresentaram 53 requerimentos para que o texto seja votado, todos em vão.

Pra ontem!

Lula antecipou a posse de Sidônio Palmeira na Secretaria de Comunicação, no lugar de Paulo Pimenta. Inicialmente, o marqueteiro só assumiria na terça-feira, mas a cerimônia passou para amanhã.

Sem bisbilhotagem

O deputado Sanderson (PL-RS) vai protocolar um projeto de decreto legislativo para revogar autorização para a Receita Federal bisbilhotar Pix acima de R$ 5 mil. Diz que isso é "controle próprio de regime comunista".

Estado arrebentado

Com pagamentos milionários do governo Lula para veículos da imprensa camarada, o deputado Nikolas Ferreira (PL-MG) concluiu: "estão arrebentando com o estado democrático de dinheiro".



Vida de influencer

Internautas se revoltaram com a vida de luxo do ex-governador do Rio de Janeiro **Sérgio Cabral**, condenado a mais de 300 anos de prisão. Cabral passa o dia em uma cobertura com vista para o Pão de Açúcar.

Reforço na defesa

O ex-presidente Jair Bolsonaro reforçou o time de advogados, que já conta com os defensores Paulo Cunha Bueno e Daniel Tesser. O advogado Celso Vilardi passa a compor o time.

A crise chegou

Pesquisa Atlas/Intel caiu como uma bomba no Planalto. A desaprovação do governo Lula, em 49,8%, subiu e, pela primeira vez, superou o percentual daqueles que aprovam a gestão do petista, 47,8%.

Posse esvaziada

A posse do ditador da Venezuela e amigão de Lula, Nicolás Maduro, só contou com dois chefes de Estado, ambos, como o anfitrião, ditadores: Miguel Díaz-Canel (Cuba) e Daniel Ortega (Nicarágua).

Nas alturas

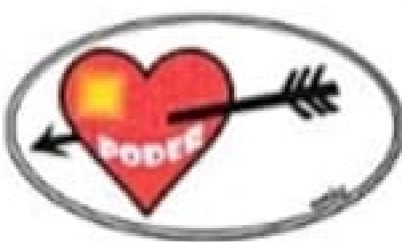
Parece não ter fundo o poço da crise de desvalorização do Real frente ao Dólar. O banco BTG Pactual alerta que a cotação da moeda norte-americana pode bater os R$ 7.

Pensando bem...

.... Em alta por aqui, só a inflação, o dólar e a desaprovação do governo.

PODER SEM PUDOR

Adesão coincidente



Nem no governo do PT o DEM (ex-PFL) suportava a ideia de ficar na oposição. Em uma reunião da executiva do partido em 2002, o então prefeito do Rio, César Maia, fez um discurso imaginando maneiras de aderir ao novo governo. "Se o PT aderir às ideias pefelistas, nós poderemos aderir ao governo Lula", disse. Na terceira vez que o prefeito maluquinho usou a palavra "aderir", ACM corrigiu:

"Não diga aderir, diga coincidir".

A gargalhada foi geral.

Com Rodrigo Vilela e Tiago Vasconcelos

PAINEL

Teto solar

Metodologia do Conselho Nacional de Previdência Social (CNPS) indica que o teto do consignado do INSS, hoje de 1,80% ao mês, deve subir para 1,97% com as duas altas de um 1 ponto da Selic estimadas pelo Banco Central até março.

A hipótese parte da premissa de que o ministro Carlos Lupi (Previdência Social) pautará os aumentos nos próximos encontros do CNPS. No ano passado, ele manteve o limite congelado em 1,66% mesmo com o aumento dos juros básicos pelo Copom.

Quero mais

Ainda que suba para 1,97%, o teto seria inferior à taxa de 1,99% que os bancos consideram necessária para repor o que veem como perda de rentabilidade nesta linha de crédito.

Vai que é sua

O Ministério da Justiça deve encaminhar para a Casa Civil nesta semana a proposta de emenda à Constituição da Segurança Pública, que busca dar à União o poder de estabelecer diretrizes gerais de política de segurança e penitenciária. O envio deve ocorrer após volta de viagem de trabalho do ministro Ricardo Lewandowski ao exterior. Ele já concluiu conversas com governadores e deve incorporar sugestões que recebeu.

Opaco

Técnicos do Tribunal de Contas de MG cobram da Secretaria da Fazenda do governo Romeu Zema (Novo) mais transparência sobre os incentivos fiscais a empresas. A queixa é que os ofícios enviados à pasta pedindo a relação dos beneficiados e o que motivou a medida não são respondidos de forma satisfatória. No Orçamento de 2025, o governo ampliou as renúncias em relação a 2024 em R$ 4,4 bilhões. A proporção da receita corrente líquida subiu de 12,31% para 14,64%. Procurada, a Secretaria da Fazenda não se manifestou.

Chorume

A Assembleia de SP deve instalar em março a CPI do Lixo Contaminante, para investigar o descarte de resíduos que podem gerar problemas à saúde ou ao meio ambiente, como medicamentos e eletrônicos. A comissão, criada por requerimento do deputado Delegado Olim (PP), deve ter como um dos focos a empresa Silcon, investigada pelo Ministério Público e responsável por cerca de 80% da coleta hospitalar no estado.

Quem dera ser um peixe

Neto do arquiteto Oscar Niemeyer, Kadu Niemeyer entregou à Prefeitura de Maricá (RJ) na última quinta-feira a maquete de um aquário para a cidade, um dos últimos projetos assinados pelo avô, que morreu em 2012. O prefeito Washington Quaquá (PT) se comprometeu a botar de pé a obra.

Publicação simultânea com a Folha de São Paulo

Zema critica Brasil em posse de Maduro

BELO HORIZONTE

O governador de Minas Gerais, Romeu Zema (Novo), criticou o governo do presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) por enviar um representante à posse do presidente da Venezuela, Nicolás Maduro.

Para o governador mineiro, é "inaceitável" que o governo federal apoie um "presidente acusado de fraude eleitoral e repressão à oposição".

Até o momento, o governo Lula não reconheceu a vitória do venezuelano, posição que se mantém desde o anúncio do resultado. No ano passado, Lula chegou a afirmar que Maduro "deve uma explicação para a sociedade" a respeito da eleição. Lula cobrou até mesmo que as atas do pleito sejam divulgadas pelo próprio Maduro.

"É inaceitável o governo apoiar um presidente acusado de fraude eleitoral e repressão à oposição. O envio de representante do Brasil à posse de Maduro, na Venezuela, ignora a vontade popular, direitos humanos e a democracia. Sempre defenderei a democracia e a liberdade", criticou, em suas redes sociais.

ALLAN CALISTO/ AGÊNCIA ESTADO - 06/02/2024



ZEMA: "Defendo a democracia"

O País foi representado pela embaixadora do Brasil em Caracas, Gilvânia Maria de Oliveira. À CNN, o assessor especial da Presidência da República para assuntos internacionais, Celso Amorim, disse que o Brasil "cumpre o ritual diplomático" ao enviar a embaixadora.

Entretanto, Lula não ter ido à cerimônia demonstra certo distanciamento que o mandatário deseja ter do venezuelano neste momento.

a TRIBUNA

CLASSIFÁCIL

ASSINE A TRIBUNA



PARA ANUNCIAR 3323-6333

VITÓRIA-ES, DOMINGO, 12/01/2025

1 IMÓVEIS COMPRA E VENDA 2 IMÓVEIS ALUGUEL 3 TERRENOS SÍTIOS E FAZENDAS 4 NEGÓCIOS DIVERSOS 5 SERVIÇOS PROFISSIONAIS 6 EMPREGOS RECRUTAMENTO 7 ESPORTES TURISMO E LAZER 8 VEÍCULOS TODAS AS MARCAS 9 COMUNICADOS FÚNEBRES

IMÓVEIS COMPRA E VENDA

VITÓRIA

VILA RUBIM

Aptos 2 quartos

VENDE-SE Apto 02 qtos, com elevador área nobre - Vila Rubim 99238-7655 996413366

JARDIM CAMBURI

Aptos 2 quartos

TERRÉO,2º/3º andar BARRAS,2Q Var.Elev. 500Mil,2Q Elev.490Mil,3QSte.Var.Elev. 670Mil.99249-2868 C1000

VILA VELHA

NOVA ITAPARICA

Aptos 2 quartos

LANÇAMENTOS
Temos Aptºs em N.Itaparica, Jockey e Jd.Colorado a partir de R$198mil, ac.carro. Agende sua Visita 99899-4189

CARIACICA

OUTROS BAIRROS

Outros

Vista Dourada Terreno 300m escriturado R$ 60 mil 50% entrada + R$ 30 mil até 60 dias tel. 99849-8173

IMÓVEIS COMERCIAIS

LOJAS

ALUGA-SE Loja ou Kitinet - Area nobre Guarapari Tel 27-992387655 ou 27-981482151

IMÓVEIS ALUGUEL

LITORAL SUL

SANTA MÔNICA, GUARAPARI

Outros

AILUGA-SE Prédio 3 andares área nobre Guarapari, próximo da Feira 27 992387655 e 27 99985-7399

TERRENOS SÍTIOS E FAZENDAS

TERRENOS

INTERIOR

MELHOR LOTE CAPARAÓ asfalto, muro e aterrado 180m2 R$ 110mil 27-981333068 só zap

TERRENO com melhor localização de LINHARES tamanho 5.317m2, imóvel murado fica na altura do Bairro Canivete as margens da BR 101 em Linhares. 27-992714942 27-999391304

NEGÓCIOS DIVERSOS

DIVERSOS

CONFECÇÕES

COMPRO Roupas novas e usadas Fem/Masc/Infant 998449527/32019161 Hor. Comercial

SERVIÇOS PROFISSIONAIS

SERVIÇOS PROFISSIONAIS

ACOMPANHANTES

Lara safadnha atendo no meu Apt sozinha Colina Laranjeiras só coroa 27 999626713

JÚLIA Loirinha, est. Menininha safadinh e carinhosa J. da Penha 27-998032550

LUH Boquinh. de Mel Coroa Gordelic. mor jambo 35a. Jardim da Penha 27-997900729

EMPREGOS

PRECISA-SE

SERVIÇOS

PLAMONT ENGENHARIA
Vagas direcionadas para PCD ou Reabilitado Cargos: Aux. de Serviços Gerais/Cozinheiro/ Oficineiro /Educador Social/ Psicólogo/Assist. Social Interessados enviar curriculol: recrutamentopcd@plamont.com.br

OUTROS EMPREGOS

PRECISO Trabalhador Rural (casal), para sitio salário R$ 3.400 mil Gado de Leite e roça. Em Guarapari 27998171346 27998619141

VAGAS PARA
Auxiliar de Cozinha. Formação Ensino Fundamental, Local de atuação Serra E.S. Responsabilidaes:, auxiliar em todas as atividades do restaurante (cozinha, Limpeza, e Organização). Desejável experiência na função. Necessário disponibilidades de horário. (Oferecemos: alimentação na empresa, cesta básica, assistência médica e odontológica). Interessados devem encaminhar o currículo para nosso Whatsapp 27-998795952 ou: talentos.soares@soaresatacado.com.br

ESPORTES TURISMO E LAZER

TURISMO E LAZER

TÍTULOS DE CLUBES

OPORTUNIDADE
TÍTULO de Sócio Remido valor Patrimonial R$ 19.000, vendo por R$ 13.000,00 É do Fantástico THERMAS 27-988351573

A empresa é **Harpia Serviços e Engenharia Ltda**.
CNPJ 24.913.295/0001-55 PCD Vagas exclusivas: ENCARREGADO DE OBRA Currículo: vaga.01@cscharpia.com.br Titulo e-mail c/cargo e CID (classificação internacional de doença).

SERTRADING S.A.

CNPJ/MF nº 03.748.067/0001-05 - NIRE nº 32.300.032.524
Ata da Assembleia Geral Ordinária e Extraordinária
Realizada em 21 de Maio de 2024

Data, Hora e Local: 21 de maio de 2024, às 10:00 horas, na sede social na Rodovia Governador Mario Covas, nº 1941, Km 281,3, Sala 6-A, Bairro Padre Mathias, Município de Cariacica, Estado do Espírito Santo, CEP 29158-900. **Convocação:** Dispensada a comprovação da convocação nos termos do parágrafo 4º do artigo 124 da Lei nº 6.404/76. **Quórum de Instalação:** Verificou-se a presença de acionistas representando a totalidade do capital social, conforme assinaturas constantes do Livro de Presença de Acionistas da Sociedade. **Publicações:** (a) Balanço Patrimonial, as demais Demonstrações Financeiras e Notas Explicativas, as contas apresentadas pelos Administradores e o Parecer dos Auditores Independentes, relativos ao exercício social encerrado em 31 de dezembro de 2023, devidamente publicados em jornal de grande circulação Jornal A Tribuna (página de 01 a 08), assim como na página eletrônica desse mesmo Jornal na internet (https://atribuna.tribunaonline.com.br/jornal-a-tribuna/), em 03 de maio de 2024. **Composição da Mesa:** Presidente: **Alfredo de Goeye Junior**, Secretário: **Luciano Mascigrande Sapata. Deliberações:** Os Acionistas presentes declaram cada um por sua vez, estarem cientes dos documentos a que se refere o Artigo 133 da Lei 6.404, de 15 de dezembro de 1976. Na forma estabelecida no Parágrafo 4º do citado Artigo 133, o plenário considerou sanada a falta de publicações dos respectivos anúncios. **Ordem do Dia:** (i) leitura, discussão e votação do Balanço Patrimonial, as demais Demonstrações Financeiras e Notas Explicativas, as contas apresentadas pelos Administradores e o Parecer dos Auditores Independentes, relativos aos exercícios sociais encerrados em 31 de dezembro de 2023; e (ii) análise e votação sobre a destinação do lucro líquido e da distribuição de dividendos. **Deliberações:** Em Assembleia Ordinária: 1.a Aprovado, por unanimidade de votos, e sem ressalvas, Balanço Patrimonial, as demais Demonstrações Financeiras e Notas Explicativas, as contas apresentadas pelos Administradores e o Parecer dos Auditores Independentes, relativos ao exercício social encerrado em 31 de dezembro de 2023. 1.b A Sociedade, no decorrer do exercício fiscal de 2023, obteve lucro líquido no montante de R$ 203.570.826,36 (duzentos e três milhões, quinhentos e setenta mil, oitocentos e vinte e seis reais e trinta e seis centavos), dos quais R$ 144.524.631,71 (cento e quarenta e quatro milhões, quinhentos e vinte e quatro mil, seiscentos e trinta e um reais e setenta e um centavos) foram pagos aos acionistas a título de dividendos antecipados ao longo do exercício fiscal de 2023, assim superando os dividendos mínimos obrigatórios calculados à razão de R$ 50.892.709,09 (cinquenta milhões, oitocentos e noventa e dois mil, setecentos e nove reais e nove centavos). O saldo remanescente, no valor de R$ 59.046.194,69 (cinquenta e nove milhões, quarenta e seis mil, cento e noventa e quatro reais e sessenta e nove centavos) permaneceu na conta de reserva de lucros para posterior aproveitamento. Não houve aplicação de valores do lucro líquido na constituição de reserva legal, haja vista o atingimento do limite legal de 20% do capital social. O pagamento dos dividendos antecipados a que se refere este item 1.b é aprovado e ratificado, por unanimidade de votos, e sem ressalvas. Em Assembleia Extraordinária: Ratificam todas as deliberações aprovadas na Assembleia Geral Ordinária, realizada nesta data. **Encerramento:** Nada mais havendo a tratar, encerrou-se a presente reunião, da qual se lavrou a presente Ata, que lida e aprovada, foi assinada por todos os presentes. **Assinaturas:** Presidente: **Alfredo de Goeye Junior**, Secretário: **Luciano Mascigrande Sapata**. Acionistas: **Serglobal Participações Ltda.**, por seus representantes legais. A presente é cópia fiel da original, lavrada em livro próprio. Cariacica, ES, 21 de maio de 2024. **Alfredo de Goeye Junior** - Presidente da Mesa. **Luciano Mascigrande Sapata** - Secretário da Mesa. Acionistas: **Serglobal Participações Ltda. - Alfredo de Goeye Junior. JUCEES** - Certifico o Registro em 19/09/2024 sob o nº 20240922530. Protocolo: 240922530, de 31/05/2024. Paulo Cezar Juffo - Secretário-Geral.

ORAÇÃO A SANTA MARTA

Santa Marta, Santa minha, acolhei-me à vossa proteção, pois eu me entrego por completo ao vosso amparo em prova do meu grande afeto por vós, ofereço esta luz que acendei todas as terças-feiras, durante esta novena. Consolidai-me nas minhas penas pela imensa felicidade que fizestes em hóspedas, em vossa casa o Divino Salvador do mundo. Intercedei hoje e sempre por mim e por toda a minha família para que sempre invoquemos ao Divino Deus Todo Poderoso em todas as necessidades de nossa vida. Suplico-vos também, Santa Marta que tenhais sempre misericórdia infinita para comigo. Concedendo-me a graça que hoje vos peço de todo meu coração (faz-se o pedido e a promessa para obter a graça) rogo-vos que me façais vencer todas as necessidades da vida, com vós vencestes o dragão que tendes de baixo de vossos pés.
Amém Jesus. Reze-se esta novena em nove terças-feiras seguidas e a cada uma distribua uma oração desta a fim de propagar a devoção de Santa Marta. Essa milagrosa Santa concede antes da nona Terça-feira a graça que se pedir por mais difícil que seja. Ao rezar se acende uma vela, deixando queimar toda. Agradece à graça alcançada.

J.L.B e R.C.P.B

SERTRADING S.A.

CNPJ/MF nº 03.748.067/0001-05 - NIRE nº 32.300.032.524
Ata da Assembleia Geral Extraordinária
Realizada em 10 de Maio de 2024

Data, Hora e Local: 10 de maio de 2024, às 10:00 horas, na sede social na Rodovia Governador Mario Covas, nº 1941, Km 281,3, Sala 6-A, Bairro Padre Mathias, Município de Cariacica, Estado do Espírito Santo, CEP 29158-900. **Convocação:** Dispensada a comprovação da convocação nos termos do parágrafo 4º do artigo 124 da Lei nº 6.404/76. **Quórum de Instalação:** Verificou-se a presença de acionistas representando a totalidade do capital social, conforme assinaturas constantes do Livro de Presença de Acionistas da Sociedade. **Composição da Mesa:** Presidente: **Alfredo de Goeye Junior**, Secretário: **Luciano Mascigrande Sapata. Ordem do Dia:** Ratificar o encerramento das atividades da sociedade estrangeira Sertrading Europa C.V. **Deliberações:** Os Senhores Acionistas presentes ratificam, por unanimidade, e sem ressalvas, o encerramento das atividades da sociedade estrangeira Sertrading CV Europa, devidamente constituída em 02 de março de 2010, em conformidade com a legislação vigente em Amsterdam, e encerrada de fato desde 26 de março de 2024, da qual a Sociedade era sócia detentora de 99% (noventa e nove por cento) do capital social dessa sociedade estrangeira. Ato contínuo, os Senhores Acionistas ratificam a aprovação concedida anteriormente à Diretoria da Sociedade para a adoção dos atos e demais providências que se fizeram necessários para o encerramento da referida sociedade estrangeira. Em decorrência das deliberações acima, os Senhores Acionistas autorizam os representantes legais da Sociedade a praticarem e assinarem todos os demais atos e documentos necessários para a consecução das deliberações ora aprovadas. **Encerramento:** Nada mais havendo a tratar, encerrou-se a presente reunião, da qual se lavrou a presente Ata, que lida e aprovada, foi assinada por todos os presentes. **Assinaturas:** Presidente: **Alfredo de Goeye Junior**. Secretário: **Luciano Mascigrande Sapata**. Acionistas: **Serglobal Participações Ltda.**, por seus representantes legais. A presente é cópia fiel da original, lavrada em livro próprio. Cariacica, ES, 10 de maio de 2024. **Alfredo de Goeye Junior** - Presidente da Mesa; **Luciano Mascigrande Sapata** - Secretário da Mesa. **JUCEES** - Certifico o Registro em 23/09/2024 sob nº 20241605822. Protocolo 241605822 de 28/08/2024. Paulo Cezar Juffo - Secretário-Geral.

Tribuna Online: o portal de notícias mais completo do Espírito Santo.

Notícias atuais sobre os mais variados assuntos com a qualidade e a credibilidade da equipe de redação da **Rede Tribuna**.

tribunaonline.com.br

Tudo feito pra você.



@tribunaonline

@tribunaonlinees

Rede Tribuna · TV Tribuna · BAND · Jornal A Tribuna · Tribuna FM Vitória 99,1MHz · Tribuna FM Cachoeiro 99,9MHz · legal FM 99.5 · tribunaonline

“Já encontrei”

Por que menos, se você tem CLASSIFÁCIL ? 27 3323 6333

A TRIBUNA

CLASSIFÁCIL

SUA LOJINHA DE CLASSIFICADOS A TRIBUNA

VITÓRIA

Banca do Estudante* - Tel.: 3324-4737
Pç. Regina Frigeri Furno, s/nº, Jardim da Penha
(Ao lado da farmácia Santa Lúcia)

ACEITAMOS PicPay CARTÃO

Bissoli - Corretor de Imóveis -
Tel.: 9 9253.6333
Rua Joaquim R. Crystello, 25 - Loja 05, Jardim Camburi

Rio Branco - Tels.: 3345-8888 / 3225-6000
Rua Aristóbulo Barbosa Leão, 500 - loja 50,
Mata da Praia - Shopping Victoria Mall

ACEITAMOS pix

Klamss*** - Tel.: 3347-0092
Av. Cezar Hilal, 555 - térreo - Bento Ferreira,
Vitória - ES, 29050-662

ACEITAMOS pix

VILA VELHA

Pluma Classificados**
Home Office - Atendimento por telefone
Tel.: 3349-6229 / 99579-2400
E-mail - pluma.classificados@gmail.com

ACEITAMOS pix PicPay

ArtSystem*** - Tel.: 98829-2115
Av. Santa Leopoldina, 1031 - Centro Comercial
Itaparica, Loja C 01 - Coq. de Itaparica
(em frente a 1ª etapa)

ACEITAMOS pix

Classificados Glória*** - Tel.: 99293-3141
R. Stª Therezinha, esq. da Lindenberg
(Dentro da Loteria da Fé) - Glória

ACEITAMOS pix

SERRA

Jotaely Loteria* - Tel.: 3058-1024
Rua das Dálias, 42, loja 03, Feu Rosa, Serra
(Próximo a Padaria Progresso)

Horizonte Cartuchos* - Tel.: 3067-0321
Av. Brasil, 99 - Novo Horizonte - Serra
(em frente ao Supermercado Rede Vix)

Agência de Passagem Águia Branca -
Tel.: 3243-5867
Av. Abdo Saad, nº1313 - Jacaraípe - Serra
(Dentro do Supermercado Casa Grande)

ACEITAMOS pix

Central Laranjeiras -
Home Office - Atendimento por telefone
Tel.: 98868-1824 - 99812-3889

* Funciona aos sábados ** Anúncios de acompanhantes *** Funciona aos sábados

NOVENA DA SANDÁLIA MILAGROSA DE SANTO ANTÔNIO

Reze durante 9 terças-feiras, 5 Pai-Nossos, 5 Ave-Marias e 5 Glória ao Pai, com uma vela acesa na mão, apagando em seguida no fim das orações. Peça 3 graças, sendo 1 considerada impossível e 2 difíceis. Quem não tiver fé se comoverá no dia do término da novena. No último dia da novena, deixe a vela queimar até o final e entregue uma cópia da mesma a uma pessoa. Publicar quando receber por uma graça alcançada.

R.M.O

SALMOS EVANGÉLICOS

Fazer 3 pedidos: 1 difícil, 2 impossíveis. Ler 3 vezes ao dia os Salmos: 6, 23, 38, 61 e 91, durante 3 dias e publicar no 4º dia.

N.S.B



Aviso ao Público

Para melhoria de atendimento aos consumidores e ampliação das redes, a EDP avisa que será necessária a interrupção do fornecimento de energia nos seguintes horários aproximados e locais abaixo. Por medidas de segurança, solicitamos aos consumidores que considerem energizados todos os equipamentos da rede elétrica, durante o período mencionado:

QUARTA-FEIRA - 15/01/2025 - AFONSO CLAUDIO - Das 11h00 às 17h30 - no(s) bairro(s) Sao Pedro, na(s) rua(s) Pouso Alto, Vargedo, Varjedo e Adj. **ANCHIETA - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Cabeca Quebrada, Olivania, na(s) rua(s) Projetada, Dois Irmaos, Projetada e Adj. **APIACA - Das 14h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Bonsucesso, Jose Carlos, na(s) rua(s) Limao, Batatal e Adj. **ARACRUZ - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Barra Do Riacho, Vila Do Riacho, na(s) rua(s) Corrego Do Ouro, Es 010, Indigena Comboios e Adj. no(s) bairro(s) Jacupemba, Nova Colatina, na(s) rua(s) Luiz Rosato, Pedro De Souza, Genesio Fabri e Adj. **BAIXO GUANDU - Das 09h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Centro, Sao Vicente, na(s) rua(s) Antonio Benedito Coelho, Antonio Sampaio e Adj. **BARRA DE SAO FRANCISCO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Vila Paulista, na(s) rua(s) Paulista e Adj. **CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Alto Uniao, Tijuca, na(s) rua(s) Distrito De Tijuca, Da Tijuca, Lambari e Adj. **CARIACICA - Das 10h00 às 16h00** - no(s) bairro(s) Chacaras Uniao, Jardim Botanico, na(s) rua(s) Vila Regis, A, Do Tanque e Adj. **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Jardim Botanico, Nelson Ramos I, na(s) rua(s) Camilo Pecanha, J, Rio Marinho e Adj. **CASTELO - Das 10h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Aracui, Jardim Primavera, na(s) rua(s) Residencial Francisco Souza Olmo, Residencial Jardim Primavera, Das Andorinhas e Adj. **Das 11h00 às 17h00** - no(s) bairro(s) Morro Venus, na(s) rua(s) Desengano, Morro Venus e Adj. **DOMINGOS MARTINS - Das 08h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Ponto Alto, na(s) rua(s) Adilio Ewald, Doroteia Maria Hand, Ponto Alto e Adj. **DORES DO RIO PRETO - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Mundo Novo, Pedra Menina, na(s) rua(s) Furquilha Do Rio, Pedra Menina e Adj. **GUARAPARI - Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Kubitschek, Santa Margarida, na(s) rua(s) Pres Juscelino Kubitschek De Oliveira, Ernesto Geisel, Joao Batista Figueiredo e Adj. no(s) bairro(s) Kubitschek, Santa Margarida, na(s) rua(s) Pres Juscelino Kubitschek De Oliveira, Ernesto Geisel, Joao Batista Figueiredo e Adj. no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Boa Vista, Manaus, Manoel Gomes e Adj. no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Acre, Joao Pereira Da Silva, Piaui e Adj. **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Jabarai, na(s) rua(s) Cosme Manoel Santana, Ercilia Ferreira Santana, Santa Cruz e Adj. no(s) bairro(s) Jabarai, na(s) rua(s) Leopoldina Monteiro Brandao, Mario Mighorini, Santa Cruz e Adj. no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Lafayete De Souza, Manoel Gomes, Manoel Gomes Paula e Adj. no(s) bairro(s) Jabarai, na(s) rua(s) Jose Luiz Cardoso De Lima, Manoel Jose Santana, Santa Cruz e Adj. **IBIRACU - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Guatemala, Pendanga, na(s) rua(s) Boa Vista, Projetada, Boa Vista e Adj. **ITAGUACU - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Corrego Grande, na(s) rua(s) Grande e Adj. **JAGUARE - Das 10h00 às 12h30** - no(s) bairro(s) Fatima, Vargem Grande, na(s) rua(s) Dezesseis e Adj. **Das 12h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Corrego Jundia, Fatima, na(s) rua(s) Jundia e Adj. **Das 14h30 às 18h00** - no(s) bairro(s) Sao Joao Do Estivado, na(s) rua(s) Estivado e Adj. **JOAO NEIVA - Das 09h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Caboclo Bernardo, na(s) rua(s) Br 101 Norte, Helio Guasti, Projetada e Adj. **LINHARES - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Guarana, Sao Jose, na(s) rua(s) Tres Irmaos e Adj. **MARATAIZES - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Campo Novo, Sao Joao Do Paraiso, na(s) rua(s) Campo Novo, Projetada, Rural e Adj. **MONTANHA - Das 11h15 às 17h45** - BAIRRO: AREA RURAL - MONTANHA BAIRRO: ASS BELA VISTA E ADJ. **MUNIZ FREIRE - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Anutiba, Itaici, na(s) rua(s) Alto Estrela, Cabeceira Do Amorim, Amorim e Adj. **Das 12h00 às 15h00** - no(s) bairro(s) Itaici, na(s) rua(s) Das Flores, Floresta Guaribu, Guaribu e Adj. **Das 12h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Alto Norte, Assuncao, na(s) rua(s) Alto Norte, Assuncao, Do Esquadro e Adj. **NOVA VENECIA - Das 10h15 às 16h45** - no(s) bairro(s) Perdido, na(s) rua(s) Da Penha e Adj. no(s) bairro(s) Santana Do Corrego Grande, na(s) rua(s) Sta Ana Do Corrego Sao Benedito e Adj. no(s) bairro(s) Sao Goncalo, na(s) rua(s) Governador Lindenberg, Lindenberg e Adj. **PINHEIROS - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Centro, na(s) rua(s) Bola Do Ouro e Adj. **PRESIDENTE KENNEDY - Das 12h00 às 15h00** - BAIRRO: SANTA MARIA, RUA: CRG AREA RURAL E ADJ. **SANTA LEOPOLDINA - Das 10h00 às 16h30** - BAIRRO: AREA RURAL, RUA ROD PAULO NASCIMENTO - **SANTA TERESA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Tabocas, na(s) rua(s) Alto Taboca e Adj. **Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Lombardia, Santa Lucia, Santo Antonio, na(s) rua(s) Alto Santo Antonio e Adj. **SERRA - Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Putiri, na(s) rua(s) Americo Miranda, Luciana, Putiri e Adj. no(s) bairro(s) Reis Magos, na(s) rua(s) Linhares, Romana, Tereza Cristina e Adj. **Das 09h15 às 15h45** - no(s) bairro(s) Vista Da Serra II, na(s) rua(s) Goiabeiras, Hinhalba, Prata e Adj. no(s) bairro(s) Vista Da Serra II, na(s) rua(s) Brauna, Damasco, Sapucaia e Adj. **SOORETAMA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Juerana, Juncado, na(s) rua(s) Cupido, Juerana e Adj. **VILA VALERIO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Jurama, na(s) rua(s) Jurama, Paraisopolis e Adj. **VILA VELHA - Das 10h00 às 14h30** - no(s) bairro(s) Ilha Das Flores, na(s) rua(s) Aloisio Oliveira Martins, Orlando Carlos Dos Santos, Pascoa Dezan Costalonga, Zequinha De Abreu e Adj. **VITORIA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Praia Do Canto, na(s) rua(s) Joaquim Lirio e Adj.

QUINTA-FEIRA - 16/01/2025 - AFONSO CLAUDIO - Das 10h00 às 16h30 - no(s) bairro(s) Empossado, na(s) rua(s) Empossado e Adj. **Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Piracema, na(s) rua(s) Do Cristal e Adj. **Das 13h30 às 17h30** - no(s) bairro(s) Ibicaba, Rio Das Cobras, na(s) rua(s) Quatro Quadras, Sta Rosa, Quatro Quadras e Adj. **ANCHIETA - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Jabaquara, na(s) rua(s) Br 101, Jabaquara e Adj. **ARACRUZ - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Vila Do Riacho, na(s) rua(s) Cel Herculano Leal, Rio Do Riacho, S Benedito e Adj. BAIRRO: GUARANA, ASSOMBRO RUA CRG TRES IRMAOS, CRG AREA RURAL E ROD BR 101 NORTE ADJ. **BARRA DE SAO FRANCISCO - Das 10h15 às 14h45** - no(s) bairro(s) Vila Paulista, na(s) rua(s) Sapucaia e Adj. **Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Guararema, Itaperuna, na(s) rua(s) Do Cristal, Da Fortaleza, Fortalezinha e Adj. **CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Caicara, Central Parque, Waldir Furtado Amorim, na(s) rua(s) Feiertag Jacques, Pedro Vargas e Adj. **Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Soturno, Vargem Grande Do Soturno, na(s) rua(s) Elimario Venturim, Vargem Grande De Soturno, Virginia Pantanal, Elimario Venturim e Adj. **CARIACICA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Cacaroca, Jardim Botanico, na(s) rua(s) Oriente, Dom Pedro I, G e Adj. no(s) bairro(s) Rocas Velhas, na(s) rua(s) Principal e Adj. **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Bubu, Campo Verde, Modelo, na(s) rua(s) Sta Leopoldina, Leopoldina, Sta Leopoldina e Adj. no(s) bairro(s) Bubu, Santo Antonio, na(s) rua(s) Dois, S Paulo e Adj. **CASTELO - Das 13h30 às 15h30** - no(s) bairro(s) Boqueirao, Estrela Do Norte, na(s) rua(s) Do Boqueirao, Rural, Da Sapucaia e Adj. **GUARAPARI - Das 09h30 às 15h30** - no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Alcides Simoes, Joao Pereira Da Silva, Sto Antonio e Adj. **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Camurugi, na(s) rua(s) Joao Pereira Da Silva, Manaus, Sergipe e Adj. **Das 10h30 às 17h00** - no(s) bairro(s) Kubitschek, Santa Margarida, na(s) rua(s) Pres Juscelino Kubitschek De Oliveira, Independencia, Santos Neves e Adj. no(s) bairro(s) Ipiranga, Santa Margarida, na(s) rua(s) Francisco Lacerda De Aguiar, Ademar De Barros, Lacerda De Aguiar e Adj. no(s) bairro(s) Jabarai, na(s) rua(s) Antonio Santana, Eudacio Manoel Santana, Joaquim Manoel Santana e Adj. no(s) bairro(s) Jabarai, na(s) rua(s) Leopoldina Monteiro Brandao, Mario Mighorini, Santa Cruz e Adj. no(s) bairro(s) Coroado, Independencia, Olaria, na(s) rua(s) Elizario Lourenco Dias, Almirante Tamandare, Elizario Lourenco Dias e Adj. no(s) bairro(s) Coroado, Santa Margarida, na(s) rua(s) Elizario Lourenco Dias, Tiradentes, Carlos Lindemberg e Adj. no(s) bairro(s) Praia Do Morro, Santa Margarida, na(s) rua(s) Alvorada, Boa Vista, Independencia e Adj. **Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Boa Vista, Pau Doles, na(s) rua(s) Jardim Da Boa Vista, Pres Tancredo Neves, Projetada e Adj. **ICONHA - Das 09h30 às 13h30** - no(s) bairro(s) Monte Belo, na(s) rua(s) Jacaranda, Projetada, Rural e Adj. **JAGUARE - Das 10h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Arlindo Villaschi, Bela Vista, Fatima, na(s) rua(s) S Jose, S Paulo, Decoito e Adj. **LINHARES - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Bagueira, na(s) rua(s) De Bagueira, Lagoa Azul, Lagoa Nova e Adj. no(s) bairro(s) Bebedouro, Rio Quartel, na(s) rua(s) Areal Grande, Rio Quartel e Adj. **MARECHAL FLORIANO - Das 12h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Barra Do Rio Fundo, na(s) rua(s) Do Rio Fundo, Kiefer, Rio Fundo e Adj. **MIMOSO DO SUL - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Nova Lima - Itauninhas, Sao Jose Das Torres, na(s) rua(s) Nova Lima, Vai E Volta, Vale Do Paraiso e Adj. **Das 12h00 às 16h30** - BAIRRO: SANTA ROSA RUA: CONCORDIA, FAZ CONCORDIA E ADJ. **MUQUI - Das 12h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Conceicao Do Muqui, Santo Antonio Do Muqui, Sao Gabriel, na(s) rua(s) Fundaca, Santana e Adj. **PINHEIROS - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) Centro, na(s) rua(s) Samambaias e Adj. **PRESIDENTE KENNEDY - Das 11h00 às 17h30** - no(s) bairro(s) Sao Salvador, na(s) rua(s) Principal, Projetada, Sao Salvador e Adj. **RIO NOVO DO SUL - Das 08h00 às 11h30** - no(s) bairro(s) Centro, na(s) rua(s) Cel Joaquim Alves, Muniz Freire, S Sebastiao e Adj. **SAO MATEUS - Das 10h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Corrego Cerejeira, Km Vinte E Oito, na(s) rua(s) Cerejeira e Adj. **Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Bom Sucesso, na(s) rua(s) Custodia Netto Da Silva, Dom Jose Dalvit, Gileno Santos e Adj. no(s) bairro(s) Km Vinte E Nove, Nestor Gomes, na(s) rua(s) Es 381 Sao Mateus X Nova Venecia e Adj. **SERRA - Das 09h15 às 15h45** - no(s) bairro(s) Residencial Centro Da Serra, Vista Da Serra II, na(s) rua(s) Brauna, Tambu e Adj. no(s) bairro(s) Cangaiba Da Serra II, Vista Da Serra II, na(s) rua(s) Dos Navegantes, Figueira, Figueiras e Adj. **Das 09h30 às 16h00** - no(s) bairro(s) Eldorado, na(s) rua(s) Rio Doce, Rio Paracatu, Rio Parnaiba e Adj. no(s) bairro(s) Andre Carloni, Jacuhy, na(s) rua(s) Br - 101 Norte Contorno, Br 101 - Contorno, Gov Mario Covas e Adj. **SOORETAMA - Das 09h00 às 13h30** - no(s) bairro(s) Chumbado, Juncado, na(s) rua(s) Bianchi, Cupido e Adj. **Das 13h00 às 18h30** - no(s) bairro(s) Chumbado, na(s) rua(s) Chumbado e Adj. **VARGEM ALTA - Das 09h00 às 11h30** - BAIRRO: VILA MARIA, CASTELINHO RUA: CRG AREA RURAL E ADJ. **Das 11h00 às 15h00** - no(s) bairro(s) Capivara, Fruteiras, na(s) rua(s) Capivara, Rural e Adj. **Das 11h30 às 15h00** - no(s) bairro(s) Corrego Do Uba, Jacutinga, Sumidouro, na(s) rua(s) Rural, Jacutinga, Alto Sumidouro e Adj. **VIANA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Aracatiba, na(s) rua(s) Leoncio Sales, Mae Petronilha, Pedro Palacio e Adj. **VILA VALERIO - Das 11h15 às 17h45** - no(s) bairro(s) San Jorge Da Barra Seca, na(s) rua(s) Jacaranda e Adj. **Das 13h00 às 15h30** - no(s) bairro(s) Corrego Pavao, Sao Jorge Da Barra Seca, na(s) rua(s) Pavaozinho, Pavao, Pavaozinho e Adj. no(s) bairro(s) Corrego Da Areia, Sao Jorge Da Barra Seca, na(s) rua(s) Da Areia, Pedra Roxa e Adj. **VILA VELHA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Alvorada, na(s) rua(s) Augusto Clovis Dos Santos, Capricornio, Ernesto Canal, Macapa e Adj. no(s) bairro(s) Nova Itaparica, na(s) rua(s) Ayrton Senna, Ayrton Senna Da Silva, Vinicius De Morais e Adj. **VITORIA - Das 10h00 às 16h30** - no(s) bairro(s) Sao Pedro, na(s) rua(s) Da Independencia, Do Encontro, Guilherme Bassini e Adj.

A programação poderá ser alterada sem aviso prévio em virtude de fatores climáticos, regionais, entre outros, que fogem do controle da distribuidora.

Para sua segurança, mantenha distância da rede elétrica. A energia poderá ser restabelecida antes do horário previsto.

Veja o Código de Ética e a Política de Sustentabilidade da EDP no site www.edp.com.br

Central de Atendimento EDP 24 horas: 0800 721 0707

Eufrázio

Internacional

Fogo ameaça mais casas em Los Angeles

Os incêndios que atingem a Califórnia forçaram milhares de moradores a deixarem suas casas, entre eles astros de Hollywood

LOS ANGELES, EUA

O maior dos incêndios que devastaram partes de Los Angeles, na Califórnia nesta semana mudou de direção ontem, desencadeando mais ordens de retirada e representando um novo desafio para os bombeiros já exaustos.

O incêndio, o mais destrutivo da história de Los Angeles, arrasou bairros inteiros, deixando apenas as ruínas fumegantes do que eram as casas e bens das pessoas.

O incêndio Palisades no limite oeste da cidade estava indo em uma nova direção. Agora, ameaça novos bairros residenciais de luxo, onde há casas de famosos como a do jogador de basquete LeBron James, do ex-governador da Califórnia Arnold Schwarzenegger e da vice-presidente dos EUA, Kamala Harris.

Seis queimadas simultâneas que devastaram bairros de Los Angeles desde terça-feira mataram ao menos 11 pessoas e danificaram ou destruíram 10.000 construções. O número de mortos deve aumentar quando os bombeiros puderem realizar buscas nas casas.

Cerca de 153.000 pessoas permaneceram sob ordens de retirada e outras 166.800 enfrentaram avisos para deixar suas casas com toque de recolher para todas as áreas de onde as pessoas devem sair.

Incêndios florestais em Los Angeles desde 7 de janeiro mobilizam 7.500 bombeiros, aviões-tanque, helicópteros e recursos federais para conter a destruição que já devastou mais de 13.750 hectares.

Sete Estados vizinhos, o governo federal dos Estados Unidos e o Canadá apressaram a ajuda para a Califórnia, reforçando equipes aéreas que jogam água e retardantes de fogo nas colinas em chamas. As autoridades declararam uma emergência de saúde pública devido à fumaça espessa e tóxica.

As chamas que atingem Los Angeles forçaram milhares de moradores a deixarem suas casas, entre eles astros de Hollywood como Miles Teller, Mel Gibson, Billy Crystal, Jeff Bridges, Jamie Lee Curtis, Mandy Moore e Milo Ventimiglia.

A atriz Jennifer Garner, 52 anos, revelou que perdeu uma amiga nos incêndios nos últimos dias. Segundo ela, a mulher não conseguiu sair a tempo das chamas que invadiram sua casa.

Famosa pelos filmes "De Repente 30" e "Elektra", ela concedia uma entrevista ao canal americano MSNBC quando falou da amiga: "Meu coração sangra pelos meus amigos. Posso escrever uma lista de 100 amigos que perderam suas casas. E perdi uma amiga. Ela não conseguiu sair a tempo."

JAE C. HONG / AP PHOTO



BOMBEIRO tenta combater o incêndio Palisades em Mandeville Canyon. Mais de 10 mil casas foram destruídas

ETHAN SWOPE / AP PHOTO



CASAL vê o rastro da destruição



OPINIÃO INTERNACIONAL

JOSÉ VICENTE DE SÁ PIMENTEL

Respire fundo, faltam sete dias para a posse de Trump

Há um princípio de incêndio nos camarins. O palhaço sobe ao palco e dá o alerta, mas o público pensa que é uma piada, e aplaude. O palhaço repete o alerta, a cada vez o público aplaude mais forte.

O filósofo dinamarquês Soren Kierkegaard conta esta fábula, para ilustrar sua convicção de que o fim do mundo virá entre aplausos de tolos que pensam se tratar de uma piada.

Lembro dessa história quando leio as ameaças feitas por Trump mesmo antes de assumir a presidência americana. Anexar o México, o Canadá, o Canal do Panamá e a Groenlândia nem sequer é notícia nova, são más ideias que já foram debatidas ao longo de séculos e abandonadas por serem inclusive desvantajosas para os EUA. A conquista do México implicaria a concessão de "green cards" para milhões de imigrantes e a nacionalização dos cartéis de drogas, o oposto do que a habitual retórica trumpista preconiza.

Os canadenses têm semelhanças com seu vizinho do Sul, mas também diferenças que tornam o Canadá um país orgulhoso de suas tradições e valores, bem diferentes daqueles de Trump. O Canal do Panamá tem toda uma história, outros presidentes americanos pensaram em assumir o controle da passagem e desistiram por concluírem que a relação custo/benefício lhes seria prejudicial. A Groenlândia pertence à Dinamarca, que integra a União Europeia e a OTAN, aliados fiéis dos americanos, anexá-la para quê?

Tantas inconsistências levam muitos analistas a avaliar que Trump está apenas fazendo mais uma manobra diversionista, a fim de desviar a atenção dos seus seguidores. As promessas para "fazer a América grande de novo" são difíceis de cumprir? Façam-se outras. Em vez de expulsar todos os imigrantes, vamos anexar o México. Em vez de sobretaxar as importações, transformemos o Canadá no quinquagésimo primeiro estado da federação. Em vez de acabar com a guerra da Ucrânia em um só dia, incorporemos a Groenlândia. Se não dá para pôr fim à inflação, rebatizemos o Golfo do México de Golfo da América.

No entanto, diversionista ou não, a retórica MAGA vem sempre envolvida em ameaças do uso de violência. Invadir o México, tomar o Canal, incorporar uma parte de um país, ou um país inteiro, tudo parece fanfarronice, até que a gente se lembra que o fanfarrão detém os códigos de lançamento de mais de 1.000 (mil) ogivas nucleares. Assim, a partir de 20 de janeiro corrente, parece-me essencial acompanhar duas tendências, capazes de gerar nos EUA um movimento centrípeta e um centrífugo, e no mundo as consequências.

No interior dos EUA, muitos analistas preveem que Trump não aceitará mais as negativas que recebeu, no primeiro mandato, de militares e de agentes do FBI e da CIA. Tampouco deverá ter freios no Partido Republicano, ou na Suprema Corte. Ora, quando o poder se concentra em um só indivíduo, a tendência é que seus interesses políticos e financeiros, bem como suas relações pessoais com outros déspotas prevaleçam sobre os interesses nacionais. Paralelamente, a lealdade a esse chefe, e não a competência, passa a ser a qualificação primária para servir ao governo, seja nos ministérios ou nos escalões mais baixos. Danem-se os escrúpulos e o contraditório, os altos assessores tendem a fechar com o líder até o fim.

> **A partir do próximo domingo as relações internacionais sofrerão um abalo e vai ser preciso prestar muita atenção em Trump**

Esse líder carismático, sem travas, pode transformar a autoridade num exercício de força. Ao encontrar solo fértil para se expandir, a fanfarronice se transforma em violência institucional, não apenas aceita, como também incentivada. Os cidadãos se tornam programados para agredir os que não são espelho, em matéria de sexo, cor da pele, ideologia, nacionalidade. As guerras de conquista são lutadas por soldados que cumprem ordens sem questionar, incapazes de fazer julgamentos morais. É o que Hannah Arendt qualificou de "banalidade do mal".

Não quero fazer mau agouro, nem assustar ninguém. Os americanos têm uma sólida cultura democrática, saberão resistir a movimentos autocráticos. Só penso que a partir do próximo domingo as relações internacionais sofrerão um abalo e vai ser preciso prestar muita atenção em Trump. Sem medo, porque o medo entorpece a capacidade de perceber, antecipar ou reagir. Mas levando a sério o palhaço da fábula de Kierkegaarde.

JOSÉ VICENTE DE SÁ PIMENTEL, nascido em Vitória, é embaixador aposentado

Eufrázio

Brasil condena ameaças a opositores na Venezuela

Um dia após a posse de Nicolás Maduro, governo brasileiro e a França defenderam libertação de presos políticos no país

BRASÍLIA E CARACAS

O Ministério das Relações Exteriores do Brasil divulgou nota ontem em que condena as "prisões, ameaças e perseguição a opositores políticos" do regime de Nicolás Maduro.

No dia anterior, o ditador assumiu a Presidência da Venezuela para seu terceiro mandato, após eleições contestadas e sob suspeita de fraude. O Brasil não reconheceu a vitória do ditador nem de Edmundo González, seu opositor.

"O governo brasileiro acompanha com grande preocupação as denúncias de violações de direitos humanos a opositores do governo na Venezuela, em especial após o processo eleitoral realizado em julho passado", afirma trecho da nota.

O comunicado segue afirmando que "o governo brasileiro deplora os recentes episódios de prisões, de ameaças e de perseguição a opositores políticos". A nota segue afirmando que, para que um regime democrático seja plenamente efetivo, é essencial garantir aos líderes da oposição os direitos fundamentais de liberdade de movimento, de expressão pacífica e a proteção de sua integridade física.

Líderes mundiais repercutiram a contestada posse de Maduro depois de uma eleição apontada como fraudulenta. O presidente Lula pediu ao ditador que retomasse o diálogo com a oposição. A mensagem foi divulgada pela Presidência da França e feita em conjunto com o líder do país, Emmanuel Macron.

"A França e o Brasil estão dispostos a facilitar a retomada dos intercâmbios (entre regime e oposição), o que poderá permitir a volta da democracia e da estabilidade na Venezuela. Todas as pessoas detidas pelas suas opiniões ou compromissos políticos devem ser libertadas imediatamente".

A fronteira da Venezuela com o Brasil foi fechada temporariamente, até a próxima segunda-feira (13). A medida foi implementada por decisão das autoridades venezuelanas.

CRISTIAN HERNANDEZ / AP PHOTO



NICOLÁS MADURO acena para os seus apoiadores após discurso de posse

Promotor de processos contra Trump renuncia

O promotor especial Jack Smith, pivô de dois processos contra Trump na Justiça dos EUA que tramitaram até o final de 2024, renunciou ontem. Sua renúncia ocorre a poucos dias da posse do presidente eleito.

Jack Smith liderou dois casos federais contra Trump, um que o acusava de tentar reverter sua derrota nas eleições de 2020 e outro por manuseio indevido de documentos classificados. Smith desistiu das acusações em novembro, após o republicano ter sido eleito.

Smith renunciou ao seu cargo no Departamento de Justiça na sexta-feira, segundo documentos judiciais apresentados ontem à juíza federal Aileen Cannon, ao pedir que ela suspenda uma ordem judicial que bloqueava a divulgação de seu relatório final sobre seus achados nas investigações contra Trump.

O aviso da renúncia veio em uma nota de rodapé na apresentação, que afirmou que o Conselheiro Especial havia concluído seu trabalho. A saída de Smith é mais um marco no colapso dos casos criminais contra Trump, que podem terminar sem consequências legais, e gerou uma reação que ajudou a impulsionar seu retorno político.



Venha aproveitar a estação mais animada do ano onde a diversão não para nunca! Todos os dias esperamos por você!

Faça já sua reserva e venha viver momentos inesquecíveis de alegria!

(27) 3441-9770
www.hotelfazendachinapark.com.br
hotelfazendachinaparkoficial



Eufrázio

Esportes

FALE COM A EDITORA MARIANA MELO E-MAIL: esportes@redetribuna.com.br

FUTEBOL MINEIRO E PAULISTA

Diniz descarta Valentín Gómez

Técnico confirma chegada de Fabrício Bruno, ex-Flamengo, exalta elenco estrelado com nomes como Gabigol e Dudu

ORLANDO, EUA

Em coletiva de imprensa durante a pré-temporada nos Estados Unidos, o técnico Fernando Diniz descartou a contratação do zagueiro Valentin Gómez, do Vélez Sarsfield.

O treinador chegou a falar diretamente com o atleta, mas não houve uma evolução na negociação, que esfriou com a chegada de Fabrício Bruno, ex-Flamengo.

"Conversei com o Valentin, é um jogador que gostei muito, mas neste momento as negociações estão encerradas. O Fabricio Bruno está chegando e a gente está muito contente com o que tem aqui", afirmou.

A movimentação do Cruzeiro no mercado, inclusive, mudou a expressão de Fernando Diniz, que voltou a ter aquele mesmo brilho no olhar dos tempos de Fluminense. Não à toa. O time anunciou oito reforços, dentre eles, o lateral Fagner, e os atacantes Gabigol e Dudu, ídolos de seus antigos clubes.

"A gente foi ao mercado buscar os jogadores que precisava. A gente montou um elenco bastante robusto, com jogadores consagrados. Conseguimos montar um elenco bastante forte para suportar a temporada. São muitos acertos. Foi um trabalho fantástico", completou.

Apesar de ter um elenco robusto em mãos, Fernando Diniz sabe que não será uma tarefa fácil evitar que o ego sobreponha o bom futebol. "É o grande desafio. Vocês sabem que eu gosto de colocar jogadores com qualidade técnica. Claro que é uma possibilidade você reunir jogadores de tamanha qualidade, com poder alto de decisão. Não é uma promessa, mas lógico que é uma grande possibilidade que isso possa acontecer", disse.

Por fim, não poupou elogios a sua principal estrela, o atacante Gabigol.

"Um jogador de personalidade marcante. Um dos grandes nomes dos jogadores do futebol brasileiro nos últimos dez anos, com certeza. É um jogador decisivo, que trouxe um peso, um peso muito gostoso de sentir. A presença do Gabigol é uma presença muito forte. Foi um acerto grandioso".

Os novos contratados devem ir a campo nos amistosos do clube contra São Paulo e Atlético/MG, nos dias 15 e 18 de janeiro, respectivamente. Ainda sem o elenco principal, o Cruzeiro estreia no Campeonato Mineiro também no dia 18, às 16h30, diante do Tombense, no Mineirão.

GUSTAVO ALEIXO/CRUZEIRO



FERNANDO DINIZ está confiante em uma boa temporada para o Cruzeiro

Atlético/MG avança na busca por reforços

O Atlético/MG intensifica as negociações para reforçar o ataque, especialmente após a transferência de Paulinho para o Palmeiras. O clube mineiro apresentou uma proposta ao Athletico/PR pelo argentino Tomás Cuello e aguarda resposta do time paranaense.

A oferta gira em torno de 6 milhões de dólares (cerca de R$ 36 milhões na cotação atual). A concretização do negócio depende da diretoria do Athletico/PR aceitar negociar o jogador.

Tomás Cuello, de 24 anos, trabalhou anteriormente com o técnico Cuca e pode atuar pelo lado esquerdo do campo, uma posição considerada carente no atual elenco do Galo.

Além do interesse em Cuello, o Atlético/MG também fez uma proposta por Artur, atacante do Zenit, da Rússia. No entanto, as negociações ainda estão em estágio inicial, já que os russos pedem pelo menos 15 milhões de euros para abrir conversas.

A diretoria do Galo segue avaliando o mercado para suprir as lacunas no setor ofensivo e atender às demandas do técnico. Enquanto isso, Cuello e Artur aparecem como os principais alvos do momento, com a expectativa de uma definição nos próximos dias.

O atacante está no time paranaense desde 2022. Na temporada passada, atuou em 61 jogos, marcou 5 gols e deu 13 assistências.

JOIA

Com apenas dezoito anos, o atacante Louback foi o destaque da vitória do Atlético no jogo-treino contra o Vila Nova na manhã de ontem, por 2 a 0, no estádio Castor Cifuentes, em Nova Lima.

O jogador da equipe sub-20 alvinegra foi quem anotou o primeiro gol do jogo e, também, fez a jogada para o segundo gol da partida, que foi marcado pelo também atacante Lucas Daniel.

Louback agradeceu a comissão da equipe sub-20 do Galo pela oportunidade: "É um trabalho muito bem feito pela comissão, pelo staff, estamos nos dedicando muito. Temos condição de jogar bem no Mineiro e essa ansiedade é boa para estrear e desempenhar bem na competição. Meu gol foi algo que treino muito com o Renan".

REPRODUÇÃO INTERNET



ARGENTINO Tomás Cuello aguarda resposta do Furacão

ARQUIVO AT



ANÍBAL MORENO é uma das peças chaves do técnico Abel Ferreira

Palmeiras renova com Aníbal Moreno até 2029

SÃO PAULO

O Palmeiras concedeu a Aníbal Moreno uma valorização pelo bom desempenho na última temporada. Segundo jogador que mais defendeu o clube em 2024, com 62 partidas, o volante teve seu vínculo ampliado até dezembro de 2029. A CBF antecipou o anúncio da equipe paulista ao divulgar o novo contrato do atleta no Boletim Informativo Diário, o BID.

Aníbal Moreno é uma das peças chaves do técnico Abel Ferreira, que não costuma abrir mão do atleta, o que explica a sequência de 62 jogos na temporada, sendo 52 como titular. Ele ficou apenas atrás de Rony, que entrou em campo em 63 oportunidades no ano passado. O camisa 5 fez quatro gols em 2024, inclusive o do título do Paulistão.

A insistente busca por Andreas Pereira é pensada também na rodagem do elenco, visando não sobrecarregar nenhum atleta do meio de campo em 2025. No ano passado, Richard Ríos e Zé Rafael se revezaram na função, enquanto Aníbal Moreno seguiu como titular absoluto. Outro jogador que vem sendo cotado é Jorginho, do Arsenal.

Enquanto os reforços não são oficializados, o Palmeiras se prepara para a estreia do Paulistão. A expectativa é que Aníbal Moreno continue entre os titulares em uma temporada importante, com Copa do Brasil, Brasileirão, Libertadores e o novo Mundial de Clubes.

Além de Aníbal Moreno, o goleiro Marcelo Lomba e o zagueiro Gustavo Gómez também tiveram os seus vínculos renovados.

Eufrázio

CAMPEONATO CARIOCA

Vasco sai na frente, mas vacila

Com time alternativo e comando do sub-20, Cruz-maltino fica no 1 a 1 com o Nova Iguaçu na estreia do Carioca em São Januário

RIO

O Vasco estreou no Campeonato Carioca com um modesto empate por 1 a 1 diante do Nova Iguaçu, na tarde deste sábado, em São Januário, no Rio, apesar de o adversário ter sido o mandante do confronto. O lateral-direito Paulinho Silva marcou o gol vascaíno, mas o lateral-esquerdo Sidney devolveu na mesma moeda, marcando para o Nova Iguaçu.

O Cruz-maltino entrou em campo com jogadores da base e que retornaram de empréstimo. Nem mesmo o técnico Fábio Carille esteve à beira do gramado, com Ramon Lima, do sub-20, comandando o time.

A primeira oportunidade foi do Vasco, com o lateral-direito Paulinho Silva. Ele ficou com sobra no meio-campo, avançou bem e arriscou de longe, mas o chute saiu rasteiro e fraco. Depois, GB fez boa jogada, invadindo a área e acionando Maxsuell Alegria, que chutou de primeira, mas para fora.

O Nova Iguaçu conseguiu responder na bola parada. João Lucas cobrou falta da direita, colocada, levando muito perigo para o goleiro Léo Jardim. O Vasco voltou ao ataque com Maxsuell Alegria, que driblou o marcador pela esquerda e chutou cruzado. A bola chegaria até Bruno Lopes na pequena área, mas Lucas Maticoli fez boa defesa.

Quando tudo indicava placar zerado no primeiro tempo, o Vasco marcou o gol aos 39 minutos. Serginho puxou três jogadores na marcação no lado direito, mas mesmo assim a bola acabou sobrando para Bruno Lopes. Ele foi até a linha de fundo, invadindo a área, e chutou cruzado. O goleiro defendeu, mas no rebote Paulinho Silva estava atento para completar. Ainda deu tempo para GB quase marcar um golaço de bicicleta.

No começo do segundo tempo, o Nova Iguaçu chegou ao ataque com Gabriel Pinheiro, que chutou forte e a bola bateu no braço de Paulinho Silva. O árbitro marcou pênalti, mas após revisão no VAR, anulou a marcação por entender que a bola primeiro bateu na cintura do jogador vascaíno.

Mais organizado no segundo tempo, sem deixar tantos espaços na defesa, o Nova Iguaçu passou a incomodar o Vasco e chegou ao empate aos 17 minutos, em jogada de escanteio. Após a cobrança, o lateral Sidney subiu sozinho na segunda trave para cabecear firme e marcar o gol.

CELSO PUPO /FOTOARENA/ AGÊNCIA ESTADO



SERGINHO lamenta uma chance de gol perdida durante o jogo do Vasco diante do Nova Iguaçu

NOVA IGUAÇU 1 X 1 VASCO

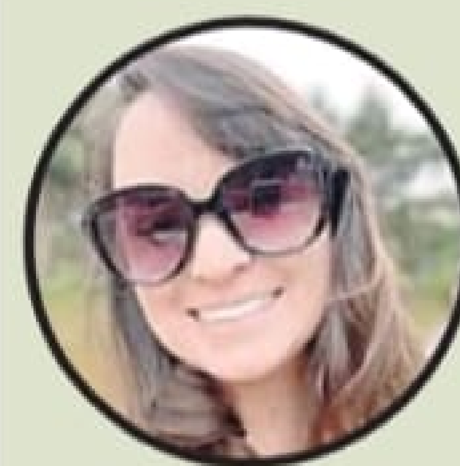
ESTÁDIO: SÃO JANUÁRIO

Lucas Maticoli; Gabriel Pinheiro, Renan, Mateus Müller (Ramon Pereira) e Sidney; Jorge Pedra (Fernandinho), Igor Guilherme e João Lucas (Lucas Cruz); Xandinho, Philippe Costa (Victor Rangel) e Andrey Dias. **TÉCNICO**: Carlos Vitor.

Pablo; Paulinho Silva, Lyncon, Luiz Gustavo e Victor Luis; Zé Gabriel (Lucas Eduardo), De Lucca (JP) e Maxsuell Alegria; Serginho (Riquelme), GB e Bruno Lopes (Andrey). **TÉCNICO**: Ramon Lima.

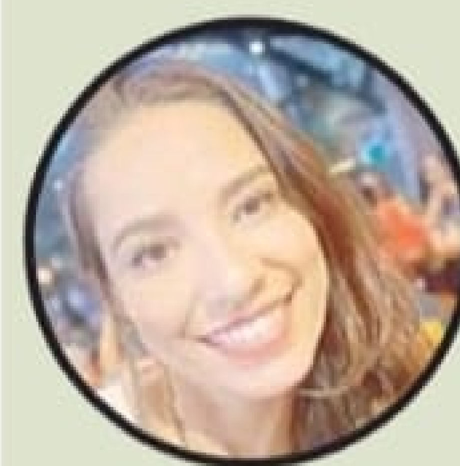
GOLS: primeiro tempo — Paulinho Silva, aos 39 minutos. Segundo tempo — Sidney, aos 17 minutos
ÁRBITRO: Carlos Tadeu Ferreira
RENDA: R$ 462.506,00.
PÚBLICO: 9.924 pagantes (9.699 presentes).

FALA, TORCEDOR!



“Ramon Lima ainda terá muita coisa para fazer nesse início. Mas acredito que o time jovem vai engrenar”

ROVENA STORCH, torcedora do Vasco



“Foi apenas o primeiro jogo. Nós torcedores somos impacientes, mas o time vai melhorar”

CLAURA CHEHAYEB, torcedora do Vasco

JOGOS QUE A TV TRIBUNA/BAND EXIBIRÁ NO CARIOCA

1ª RODADA
> 11/1 (ONTEM)), 16H – Botafogo x Maricá
> 12/1 (HOJE), 16H – Flamengo x Boavista

2ª RODADA
> 16/1 (QUINTA-FEIRA), 21H30 – Vasco x Bangu

3ª RODADA
> 19/1 (DOMINGO), 21H – Flamengo x Nova Iguaçu

4ª RODADA
> 22/1 (QUARTA-FEIRA), 21H30 – Botafogo x Volta Redonda
> 23/1 (QUINTA-FEIRA), 21H30 – Vasco x Madureira

5ª RODADA
> 26/1 (DOMINGO), 16H – Vasco x Portuguesa
> 26/1 (DOMINGO), 21H – Madureira x Fluminense

6ª RODADA
> 30/1 (QUINTA-FEIRA), 21H30 – Flamengo x Sampaio Corrêa

7ª RODADA
> 12/2 (QUARTA-FEIRA), 21H30 – Flamengo x Botafogo

8ª RODADA
> 5/2 (QUARTA-FEIRA), 21H30 – Vasco x Fluminense

9ª RODADA
> 9/2 (DOMINGO), 16H – Botafogo x Madureira

10ª RODADA
> 16/2 (DOMINGO), 16H – Fluminense x Nova Iguaçu

11ª RODADA
> 23/2 (DOMINGO), 16H – Vasco x Botafogo

SAIBA MAIS

Primeira rodada do Campeonato Carioca

ONTEM
> 16 HORAS - Botafogo x Maricá
> 16H30 - Nova Iguaçu x Vasco
> 19 HORAS - Bangu x Portuguesa

HOJE
> 16 HORAS - Flamengo x Boavista, com transmissão da TV Tribuna/BAND
> 16 HORAS - Madureira x Volta Redonda
> 19 HORAS - Fluminense x Sampaio

Fonte: FERJ

Maurício Lemos é o quinto reforço

O zagueiro Maurício Lemos, quinto reforço do Vasco para a temporada 2025, chegou ao Rio de Janeiro na manhã deste sábado. O uruguaio passará por exames médicos antes de assinar contrato definitivo com o clube.

Após rescindir com o Atlético/MG, Lemos se junta ao Vasco como jogador livre. No Aeroporto Internacional do Galeão, o defensor falou sobre o motivo de não ter fechado com o Vasco na janela anterior.

“Esse ano era final de temporada. Na metade do ano passado, recebi a proposta, mas estava em um momento complicado no Atlético Mineiro. Achei que, ficando, poderia ter minutos. Mas, independentemente do que eu fazia, não tive espaço. Agora, não precisei pensar muito. Quando a proposta chegou, aceitei. A negociação evoluiu bem, e estou aqui hoje”, declarou o zagueiro, que também revelou ter conversado com Puma Rodriguez, seu compatriota e companheiro de seleção uruguaia.

“Quem conhece futebol sabe da história do Vasco. Quando ouvi o nome do clube, a primeira coisa que pensei foi em vir para cá. Naquele momento, ainda estava no Atlético Mineiro e não podia sair no meio da temporada. Agora, conversei com o Pumita. Ele me falou sobre a situação do clube, disse que estão fazendo um bom trabalho, e isso me convenceu. Espero ser muito feliz aqui”, completou.

REPRODUÇÃO INTERNET



MAURÍCIO LEMOS já está no Rio

Ramon Lima sai em defesa dos “meninos”

Em sua estreia no Carioca, o Vasco chegou a abrir o placar contra o Nova Iguaçu, mas cedeu o empate no segundo tempo. Ao fim do jogo, o técnico Ramon Lima analisou o desempenho da equipe, em entrevista coletiva.

“Realmente é contexto difícil por tempo trabalho, a gente começou no dia 27. O Nova Iguaçu começou antes. O que a gente sabia é que sofreria no segundo tempo, principalmente na parte física, que condiciona o técnico e o tático. A gente perdeu um pouco de pressão na frente e o Nova Iguaçu conseguiu empurrar a gente para trás. Mas ainda conseguimos competir com o Nova Iguaçu, o gol saiu em bola parada. Com todo contexto adverso, os meninos competiram”, considerou Ramon.

Eufrázio

Esportes

CAMPEONATO CARIOCA

Bola rola hoje para o Flamengo

Atual campeão, Fla inicia defesa do título contra o Boavista, em Aracaju, com jovens da base e três atletas poucos utilizados

Víctor Fontes

Atual campeão carioca, o Flamengo iniciará a defesa de seu título hoje, às 16 horas, enfrentando o Boavista no Estádio Batistão, em Aracaju/SE. A equipe será composta majoritariamente por jovens da base, sob o comando de Cléber Santos, treinador do sub-20.

Para este jogo, porém, o Rubro-Negro contará com três "reforços" do elenco profissional : o zagueiro Pablo, que retornou de empréstimo ao Botafogo, além dos atacantes Carlinhos e Thiaguinho, pouco utilizados na última temporada.

Enquanto isso, o elenco principal, liderado pelo técnico Filipe Luís, está nos Estados Unidos fazendo a pré-temporada com a disputa da FC Series, que, assim como o Cariocão, também terá transmissão da **TV Tribuna/Band**.

A estreia dos principais atletas no Estadual está prevista apenas para a quinta rodada.

Capixabas que torcem pelo Flamengo estão na expectativa para ver o grupo alternativo em campo.

"A garotada terá ótima oportunidade para mostrar serviço e aparecer para a torcida, que poderá ver a base em ação e analisar quem está mais pronto para subir para o profissional. Os flamenguistas são muito ligados aos garotos do Ninho", afirmou Vitor Simões.

"O início do Carioca é um momento de afirmação para alguns jovens, principalmente o Lorran. E poderemos ter alguma surpresa, já que craque o Flamengo faz em casa", avaliou o também Rubro-Negro, Victor Martinuzzo.

Os flamenguistas também fizeram uma avaliação sobre o que esperar quando o elenco principal retornar dos Estados Unidos.

"A expectativa para o Carioca é grande porque o Flamengo vem de uma reformulação no elenco e saíram jogadores importantes, como o caso do Gabigol. Obviamente, a minha esperança é de título, embora o Flamengo tenha outros objetivos maiores na temporada. Começar com a conquista do estadual acho que é importante e dá Uma tranquilidade, tanto para o Felipe, quanto para a nova diretoria", disse Simões.

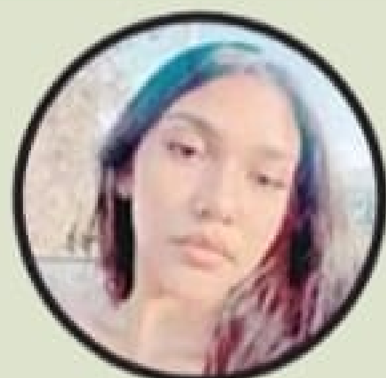
"O estadual para o elenco principal é preparação. Calendário apertado, não dá pra cobrar e nem espero um time completo em muitos jogos. Mas, se tem Flamengo, tem favoritismo e confiança", opinou Martinuzzo.

GILVAN DE SOUZA / FLAMENGO



LORRAN, meia da base flamenguista, terá a oportunidade se firmar no profissional durante a disputa do Cariocão

FALA, TORCEDOR!



"A expectativa pela estreia do Mengão na TV Tribuna está altíssima. A nação vai acompanhar!"

NAYARA RIBEIRO, torcedora do Fla

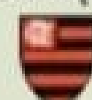


"Mesmo com os garotos da base, acompanharemos, com certeza, o nosso time na tela da TV Tribuna/Band"

ALEX SEGUNDO, torcedor do Fla

BOAVISTA X FLAMENGO

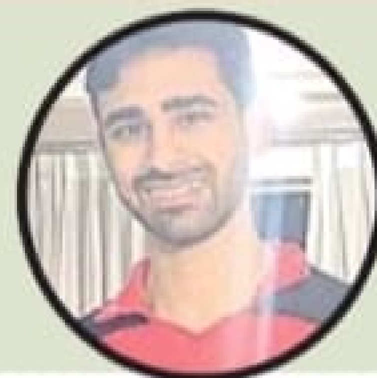
PROVÁVEL ESCALAÇÃO

Boavista	Flamengo
Dyego Alves	André
Daniel Sales	Ben-Hur
Pablo	A. Conceição
Cleiton	Léo Sheldon
Zé Welinton	Alysson Vinícius
Rayan Lucas	William Oliveira
Fabiano	Caetano
Lorran	Erick Flores
Thiaguinho	F. Resende
Carlinhos	Abner Vinícius
Guilherme	G. Conceição
TÉCNICO:	TÉCNICO:
Cleber dos Santos	Marcio Zanard

ESTÁDIO: Batistão (Aracaju-SE)
HORÁRIO: 16 horas
ÁRBITRO: Pierry Diasdos Santos

"BOLÃO DO TORCEDOR"



Boavista 0 X 2 Flamengo

"A garotada terá ótima oportunidade para mostrar serviço e aparecer para a torcida do Flamengo"

VITOR SIMÕES, torcedor do Fla



Boavista 1 X 2 Flamengo

"O início do Carioca é um momento de afirmação para alguns jovens. Craque o Flamengo faz em casa"

VICTOR MARTINUZZO, torcedor do Fla

THIAGO RIBEIRO/AGIF



CLÁSSICO entre Flamengo e Vasco será no dia 15 de fevereiro

Cariocão é na TV Tribuna/Band

Depois do sucesso de audiência da partida de ontem, pelo Carioca, entre Botafogo e Maricá, o segundo jogo a ser televisionado pela **TV Tribuna/Band** é, justamente, o de Boavista e Flamengo.

Lenise Loureiro, **diretora comercial da Rede Tribuna de Comunicação**, abordou sobre a programação esportiva da emissora.

"Agora o Capixaba tem novidades na TV Tribuna, que continua no mesmo canal 7.1, e tem a oportunidade de visualizar ótimas programações de jogos, como este campeonato que começou ontem, mas também de Fórmula 1, que começa em maio, e com grandes comentaristas falando sobre estes esportes tão queridos do brasileiros", pontuou.

"Para os dois lados, tanto para a Band quanto para a Rede Tribuna, esse trabalho que é feito por ambos se encontra e dá força ao esporte no total", continuou.

Apenas na Taça Guanabara, que será a fase de grupos do Cariocão, os capixabas terão a oportunidade de conferir 14 partidas ao vivo. Na sequência, serão transmitidos os confrontos da Taça Rio e as fases finais do Estadual do Rio de Janeiro.

A chegada do Carioca é muito bem-vinda.

"O Capixaba torce muito pelos times cariocas. Então, essa audiência chega neste momento de estreia da Band na TV Tribuna, momento de festejo, de celebração do futebol. São jogos que atraem um grande público de telespectadores. Então, a audiência sobe com certeza", avaliou Lenise.

Eufrázio



GILMAR FERREIRA

futebolcoisaetal@extra.inf.br

O desregramento

A busca pela contratação de novos jogadores, que nem sempre podem ser considerados reforços, mexe muito com o imaginário dos torcedores a cada virada de ano. É assim desde sempre, mas se transformou em fetiche mundial com a instituição da janela para novos registros criada pela FIFA. É o período mais perigoso para as finanças dos clubes, sobretudo no Brasil, país que ainda carece de regras de fairplay financeiro ou de fiscalização rígida sobre o dinheiro gasto por inadimplentes.

Em tese, o correto seria a criação de um órgão atrelado à CBF não necessariamente submisso à entidade. Uma câmara capaz de analisar (e cobrar!) ao menos as dividas assumidas e não pagas na aquisição de jogadores no ano anterior.

E reparem que não me refiro aos endividados, mas aos inadimplentes que muitas vezes competem com times formados por jogadores adquiridos às custas do prejuízo financeiro e técnico do outro concorrente.

Atrasado

O futebol brasileiro está atrasado na criação de regulamento que estabeleça parâmetros de gastos. E enquanto isso não acontece a farra é geral. Na Espanha, a "Lei de Desportes", criada em 1992, obrigando os clubes a virarem Sociedades Anônimas, não coibiu o endividamento.

Tanto que 20 anos depois a Liga criou o Limite de Custo de Plantel Esportivo" (LCPD), mecanismo que fiscaliza orçamentos e determina quanto cada clube pode gastar em novas aquisições, computando compra de direitos, salários e comissões.

Sem regras definidas, vemos de tudo. O Fluminense, que até o mês passado devia R$ 3 milhões ao Itaboraí pela aquisição de Lelê, se comprometeu a pagar R$ 29 milhões ao Bahia por 70% de Hércules. A SAF do Botafogo fez aquisições milionárias em 2024, mas fechou o ano devendo o Santos pela contratação de John.

O futebol brasileiro está atrasado na criação de regulamento que estabeleça parâmetros de gastos

O Vasco, em recuperação judicial e com obrigações a saldar, está no mercado atrás de reforços. E se houvesse um controle maior dessas pendências?

O sucesso na montagem dos elencos não, necessariamente, depende da feitura de dívidas. Ele decorre de uma série de ações - da inteligência estratégica à boa reputação junto a agentes que atuam no mercado.

Adimplência

Passando, é claro, pelo nivel de excelência do treinador. Enquanto a CBF não vincular o registro de jogadores à adimplência no exercício anterior, o controle estará na consciência de cada presidente. Cabe ao torcedor escolher o caminho a ser seguido.



LUCAS MERÇON / FLUMINENSE

CANOBBIO recebe o tradicional "boas-vindas" dos novos companheiros de Fluminense

CAMPEONATO CARIOCA

Flu entra em campo em clima de recomeço

Em Moça Bonita, diante do Sampaio Corrêa, Tricolor inicia 2025 querendo um ano diferente do que foi a última temporada

RIO

Depois de uma temporada frustrante, em que a salvação do rebaixamento veio apenas na última rodada do Brasileirão, o ano de 2025 tem cara de recomeço para o Fluminense. E o primeiro passo em busca de uma trajetória mais feliz será dado neste domingo, às 19h, diante do Sampaio Corrêa, em Moça Bonita, pelo Carioca.

O elenco principal do tricolor se reapresentou na última quarta-feira. Portanto, assim como seus rivais, o tricolor usará nas primeiras rodadas do Estadual uma equipe repleta de jovens da base e com alguns jogadores com pouco espaço no profissional, como o goleiro Vitor Eudes, o zagueiro Manoel e o voltante Victor Hugo - todos sob as orientações do auxiliar Marcão.

Apesar da presença de nomes conhecidos do grupo principal, a grande esperança do Fluminense para o periodo está nos Moleques de Xerém, especificamente na Esquadrilha 07, como foi apelidado o time sub-17 tricolor, que conquistou o Brasileiro e a Copa do Brasil da categoria em 2024.

Dois personagens tiveram destaque especial nas campanhas: os atacantes Isaque e Riquelme, ambos de 17 anos. Eles devem receber a primeira chance como titulares hoje à noite.

CANOBBIO

Confirmado oficialmente como reforço do Fluminense, Agustín Canobbio já foi ao campo do CT Carlos Castilho na tarde de ontem para treinar com os demais companheiros. O atacante uruguaio de 26 anos participou de atividade com bola.

Contratado junto ao Athletico/PR, Canobbio assinou contrato com o Fluminense até o fim de 2028. Ele foi o sétimo reforço tricolor anunciado para a temporada. Antes chegaram O goleiro Marcelo Pitaluga, o zagueiro Juan Pablo Freytes, o lateral-esquerdo René, o volante Hércules e os atacantes Joaquin Lavega e Paulo Baya.

DESTAQUES NA TV

TV TRIBUNA/BAND
- > 16 HORAS - Futebol - Campeonato Carioca: Flamengo x Boavista

ESPN
- > 9H30 - Futebol - Copa da Inglaterra: Tamworth x Tottenham
- > 12H15 - Futebol - Campeonato Espanhol: Atlético de Madrid x Osasuna
- > 16 HORAS - Futebol - Supercopa da Espanha: Real Madrid x Barcelona

ESPN 2
- > 12 HORAS - Futebol - Copa da Inglaterra: Newcastle x Bromley
- > 15 HORAS - Futebol Americano - NFL (playoffs): Buffalo Bills x Denver Broncos
- > 18H30 - Futebol Americano - NFL (playoffs): Green Bay Packers x Philadelphia Eagles
- > 22 HORAS - Futebol Americano - NFL (playoffs): Washington Commanders x Tampa Bay Buccaneers

ESPN 3
- > 21 HORAS - Tênis - Aberto da Austrália: primeira rodada

ESPN 4
- > 11 HORAS - Futebol - Campeonato Italiano: Venezia x Inter de Milão
- > 14 HORAS - Futebol - Campeonato Italiano: Bologna x Roma
- > 16H45 - Futebol - Campeonato Italiano: Napoli x Hellas Verona

SPORTV
- > 11H30 - Futebol - Campeonato Alemão: RB Leipzig x Werder Bremen
- > 14 HORAS - Futebol - Copa São Paulo de Juniores: jogo a definir

OBS.: Mudanças na programação são de responsabilidade das emissoras.

FLUMINENSE X SAMPAIO CORRÊA

PROVÁVEL ESCALAÇÃO

Vitor Eudes	Zé Carlos
Kaio Borges	Lucas
Manoel	Marreta
Ignácio	Thuram
Esquerdinha	Guilherme
Felipe Andrade	Vançan
Victor Hugo	Agu
Riquelme	Luan
Isaque	Pernão
João Neto	Max
Lelê	Elias
TÉCNICO:	**TÉCNICO:**
Marcão	Alfredo Sampaio

ESTÁDIO: Moça Bonita
HORÁRIO: 19 horas
JUIZ: Lucas Coelho Santos

"BOLÃO DO TORCEDOR"

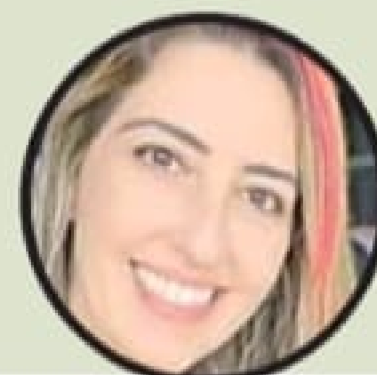
Aqui, os torcedores dão o seu **palpite sobre o placar do jogo:**



2 X 0
Fluminense Sampaio Corrêa

"É só início de temporada e o Flu que vai entrar em campo não é o titular, mas aposto na vitória"

MARIANA RAMOS, torcedora do Fluminense



1 X 0
Fluminense Sampaio Corrêa

"Depois do ano que tivemos em 2024 seria importante começar o novo ano com vitória. Vamos torcer!"

CLARISSE BARRETO, torcedora do Flu

ATRIBUNA VITÓRIA, ES, DOMINGO, 12 DE JANEIRO DE 2025

ISSN 1519-4957

FUTEBOL CARIOCA

VITOR SILVA / BOTAFOGO



BOTAFOGO 1 X 2 MARICÁ

ESTÁDIO: NILTON SANTOS

Raul; Kauê Leonardo (Yarlen), Kawan (Kauan Lindes), Serafim e Lucyo (Rafael Lobato); Newton, Patrick de Paula, Kauê e Vitinho (Valentin Adamo); Carlos Alberto (Kayke Queiroz) e Matheus Nascimento. **TÉCNICO**: Carlos Leiria

Dida; Magno Nunes, Mizael, Sandro Silva e João Victor; Ramon, Bruninho (Gutemberg), João Bezerro e Walber (Hugo Borges); Denilson Saci (Magno Souza) e Jefferson Tavares (Luiz Felipe Carvalho). **TÉCNICO**: Reinaldo Cruz.

GOLS: primeiro tempo — Denilson Saci, aos 4 minutos. Segundo tempo — Hugo Borges, aos 17 minutos, e Patrick de Paula (pênalti), aos 45
CARTÃO VERMELHO: Mizael
ÁRBITRO: Bruno Mota Correia.
RENDA: R$ 206.778,00.
PÚBLICO: 9.627 presentes.

PATRICK DE PAULA disputa a bola durante o jogo do Botafogo com o Maricá, no Nilton Santos, na abertura do Campeonato Carioca de 2025

Tropeço na estreia

Após conquistar o Brasileirão e a Libertadores em 2024, Botafogo estreia com derrota em 2025 em jogo que teve transmissão da **TV Tribuna/Band**

RIO

Grande vencedor brasileiro da temporada passada, o Botafogo viu seus meninos fracassarem na largada oficial de 2025. Ontem à tarde, pela primeira rodada do Campeonato Carioca, em jogo que contou com transmissão da **TV Tribuna/Band**, o time sofreu muito com a falta de entrosamento e acabou perdendo do recém-promovido Maricá, por 2 a 1, no Nilton Santos.

Mesmo com time alternativo, foi um duro golpe já que os botafoguenses atuaram desde os 10 minutos da partida com um a mais após expulsão de Mizael.

Com os campeões do Brasileirão e da Libertadores ainda em férias, o Botafogo pisou no gramado do Engenhão com muitos jovens. Conhecido da torcida, apenas, o volante Patrick de Paula, recuperado de grave lesão no joelho, e os atacantes Carlos Alberto e Matheus Nascimento.

Logo com quatro minutos, o gol inaugural da competição. Do estreante Maricá, que garantiu o acesso em 2024.

Roubada de bola no meio-campo e passe para Denílson Saci, aberto pela direita. O atacante cortou para dentro e bateu forte. O goleiro Raul falhou e os jogadores do Maricá fizeram enorme festa. O VAR entrou em ação, contudo, causando apreensão nos visitantes. Mas o lance acabou confirmado, apesar de os botafoguenses reclamarem de toque na mão na origem da jogada.

A estratégia do técnico Reinaldo Cruz, ex-atacante com passagens por São Paulo e Flamengo, de ter um time veloz na frente, porém, fez água rapidamente. Aos 10 minutos, em uma bola mal recuada, Carlos Alberto sairia na cara do goleiro Dida para empatar, mas foi puxado por Mizael. A falta foi anotada e o zagueiro acabou expulso, deixando o caçula com um a menos com todo o jogo pela frente.

Virou um jogo de ataque contra defesa. O Botafogo tinha a vantagem numérica, mas sofria com o entrosamento e esbarrava na parede defensiva dos oponentes, com linhas recuadas após a expulsão. Foram apenas duas boas chances antes do intervalo, com Dida defendendo os chutes de Carlos Alberto e Newton.

O Botafogo voltou do descanso mais atrevido, com o atacante Yarlen na vaga de um zagueiro. Com um minuto, a novidade já chegou perto do empate, mas errou o alvo. Em novo avanço pela direita, o ponta viu seu cruzamento passar por toda a área sem um toque às redes.

Vendo o Botafogo crescer na etapa final, Reinaldo modificou o Maricá e foi premiado. Gutemberg, uma de suas novidades, sofreu falta na entrada da área e Hugo Borges, outro escolhido para o segundo tempo, bateu com precisão para ampliar.

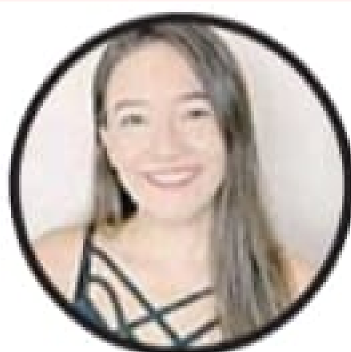
Um pênalti, aos 42 minutos, de João Bezerro sobre Yarlen, serviu para "esquentar o jogo". Patrick de Paula bateu forte, para diminuir.

FALA, TORCEDOR!



"Foi só o primeiro jogo na temporada e ainda tem muita coisa para se resolver. Vamos precisar ter calma, mas sei que o time vai se ajustar"

ALINE CANABARRO, torcedora do Botafogo



"Sempre tem expectativa para uma estreia, mas o Botafogo não está entrosado, é um time alternativo, e tem muita bola para rolar ainda"

MARIANE ROSAS, torcedora do Botafogo

REPRODUÇÃO INTERNET



O COLOMBIANO Cucho Hernández tem 24 anos e pode ser o novo reforço

Botafogo faz proposta oficial por Cucho Hernández

O Botafogo formalizou uma proposta ao Columbus Crew, dos Estados Unidos, para contratar o atacante colombiano Cucho Hernández. Ele é o principal alvo do clube para reforçar o setor ofensivo após a saída de Tiquinho Soares.

Diferentemente de sua abordagem habitual em negociações, o Botafogo não iniciou as conversas alinhando um acordo salarial com o jogador antes de tratar com o clube detentor dos direitos.

Apesar dos contatos iniciais com o estafe de Cucho não terem sido muito animadores, o clube carioca mantém esperanças de concluir o negócio.A diretoria alvinegra trabalha em duas frentes: segue em conversas com o atacante e seus empresários, enquanto tenta um entendimento direto com o Columbus Crew, onde Cucho atua desde 2022.

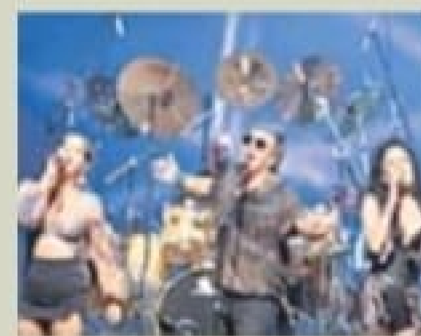
Cucho Hernández, de 24 anos, é conhecido por sua mobilidade, uma caracteristica vista como ideal para agregar qualidade ao elenco do Botafogo. Na última temporada da MLS, ele foi um dos destaques, marcando 25 gols e dando 14 assistências em 40 jogos.

Antes de sua passagem pelos Estados Unidos, Cucho defendeu Deportivo Pereira, América de Cali, Watford, Huesca e Getafe.O Botafogo segue confiante em encontrar um desfecho positivo para a negociação, mas já estuda alternativas caso o acerto com o colombiano não avance.





Reality mostra o outro lado de Meghan Markle >3



Blitz da música hoje na praia de Camburi >5

FALE COM A EDITORA ALELVI CARNEIRO E-MAIL: at2@redetribuna.com.br

VITÓRIA, ES, DOMINGO, 12 DE JANEIRO DE 2025

DIVULGAÇÃO/WEBMAGIC

Dennis comanda o baile em Guarapari

SERVIÇO

"Baile do Dennis"
> O QUÊ: Show com o DJ Dennis.
> QUANDO: Sábado, 18/01, às 15h.
> ONDE: Brava Beach Club. Av. Meaípe, s/n, Enseada Azul.
> INGRESSOS: A partir de R$ 140 (meia/6º lote).
> VENDAS: www.zig.tickets, lojas Nuvem Concept e New Concept.
> CLAS.: 18 anos.

DJ carioca promete colocar todo mundo para dançar em um autêntico baile funk, com direito a efeitos especiais e hits

Helena Rodrigues

Vai ter baile funk em Guarapari sim! E quem comanda a festa é ninguém menos que o DJ e hitmaker Dennis, que desembarca com sua megaestrutura do projeto "Baile do Dennis" no próximo sábado, no Brava Beach Club, com direito a hits de sucesso, performances envolventes, tecnologia de ponta e show pirotécnico.

Com quase 30 anos de carreira, Dennis não deixa ninguém parado por onde passa! Em entrevista ao **AT2**, ele contou quais são as músicas que não podem ficar de fora do show.

"As clássicas do 'Baile' que não podem faltar são 'Quando o DJ Mandar', 'Santinha' e 'Vamos Beber'. Também vou misturar com hits atuais, como 'Joga Pra Lua', 'Tá OK' e 'Jogadora Cara', que é meu último lançamento com Ludmilla e Felipe Amorim. A galera pode ir com a certeza de que preparei um set muito especial", avisou.

E se você acompanha a carreira do super DJ, se prepara, porque ele está com muitos planos e projetos para este ano.

"Um dos meus próximos projetos é um musical inédito, algo diferente de tudo que já produzi na minha carreira. Estou ansioso para mostrar para o público esse novo som", destacou.

E tem mais! O DJ também lançou o documentário "Dennis, Eu Vim pra Sacudir o Baile", sobre sua vida e carreira.

"Sempre tive muitos sonhos e um deles era contar a minha história. E com o documentário eu pude contar para todo o público a minha trajetória, minhas referências, inspirações, mostrar as pessoas que me ajudaram a chegar onde estou hoje. É um projeto muito importante e especial pra mim", ressaltou.

Ídolo de muita gente, Dennis conta que tem muita gratidão aos fãs. "É uma sensação incrível e ao mesmo tempo uma responsabilidade. Fico grato em saber que minha música faz diferença na vida das pessoas, que a galera curte o meu som, se inspira na minha história. Isso me motiva a sempre inovar, buscar coisas novas, trazer sempre o meu melhor para os meus fãs. É uma motivação pra continuar sempre evoluindo", confessou.

Bom, então agora é só começar a contagem regressiva para o baile, escolher aquele look especial e curtir, porque a festa promete!

"No último baile em Guarapari fomos até 9 da manhã e fizemos um after raiz, com paredão, foi inesquecível", relembra Dennis, dando um gostinho do que vem por aí.

DENNIS **DJ E COMPOSITOR**

"O funk mudou a minha vida"

AT2 Como vai ser seu show em Guarapari?

DENNIS Vamos fazer um baile funk de verdade! A galera me pedia muito mais uma edição do Baile do Dennis em Guarapari porque sempre fazemos história juntos! No último baile, fomos até 9 da manhã e fizemos um after raiz com paredão, foi inesquecível.

> Vai aproveitar para curtir a praia?

Guarapari tem praias incríveis, né? Eu adoro o clima daí, mas com a correria da agenda, é difícil sobrar tempo. Quem sabe consigo dar uma passada pra curtir a vista e carregar as energias!

> Por que escolheu o funk?

Eu cresci com o funk e tudo começou em Duque de Caxias, onde nasci. Foi lá que descobri o funk e foi na Furacão 2000 que eu comecei. Não lembro de como era a minha vida sem o funk. Ele é um movimento muito forte de transformação. O funk mudou a minha vida e sou feliz por todas as oportunidades que ele me traz.

> Funk combina com qual outro estilo, na sua opinião?

O funk é um ritmo aberto a todos os estilos, ele combina com geral. O funk nunca teve preconceito com ninguém. Sempre tem uma batida que dá pra misturar funk com pop, uma letra que tem a vibe do sertanejo ou do eletrônico. O que une todo mundo é a energia boa da música. Amo fazer essa mistura de gêneros nas minhas produções.

> O que mudou da época que você começou até hoje?

O funk está cada vez mais profissional, além do crescimento dele em todo o mundo. Estamos conquistando muitos espaços. Fico muito feliz de olhar para trás e ver que contribuí para o funk chegar onde chegou.

> Imaginou que você fosse chegar onde chegou?

Sempre sonhei alto, sou uma pessoa com muitos sonhos e graças ao funk consegui realizar vários deles. Mas sempre corri atrás dos meus objetivos com muito trabalho e determinação, acreditando no meu potencial e na minha música. Fico muito feliz por tudo que conquistei até agora, mas sei que ainda tem muito chão pela frente.

> Qual é o segredo do sucesso?

Não tem um segredo ou uma fórmula para o sucesso, mas acredito que alguns fatores contribuem para que uma música seja hit ou para que uma carreira seja de sucesso. O trabalho, o comprometimento, o respeito e a dedicação são coisas importantes para fazer um bom som pra galera. Estar sempre antenado ao que está rolando no mercado.

> Já chegou a pensar em se aposentar?

Não passa pela minha cabeça me aposentar, não! Ainda é muito cedo e tenho muitos sonhos e projetos para realizar. Tenho muito baile pra fazer, muita música pra produzir. Levar a batida do funk para o Brasil e para o mundo.

> "Sempre sonhei alto, sou uma pessoa com muitos sonhos. Mas sempre corri atrás dos meus objetivos com muito trabalho e determinação"
>
> Dennis, DJ

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



DENNIS no começo da carreira

DENNIS vai tocar os clássicos "Quando o DJ Mandar", "Santinha" e "Vamos Beber", além de músicas atuais, como "Joga Pra Lua", "Tá OK" e "Jogadora Cara"

Eufrázio

Televisão

"Enquanto há vida, há esperança"

Musa dos anos 90, Regininha Poltergeist atualmente vende empadas e sonha em fazer faculdade de Jornalismo

Regininha Poltergeist, 54 anos, abriu o jogo sobre os problemas financeiros por que passou recentemente. A ex-modelo chegou a ficar sem ter onde morar após ser despejada de um apartamento em 2022.

"Acabei indo parar num posto de gasolina. Quem me ajudou a passar por essa dificuldade foram os meus fãs", contou ela, que hoje sobrevive da venda de empadas, em entrevista a um programa de TV.

Regininha admitiu que lucrou muito com a fama e lamenta ter perdido boa parte do conquistou materialmente.

"Eu tive tanta coisa na minha vida... Tive cinco apartamentos, carros... Trabalhei e ganhei bastante dinheiro. Usei para muitas coisas que trouxeram beneficios e retornos. Ajudei minha família, ajudei com muitas coisas em relação aos meus filhos, mas a gente só dá valor quando perde."

Ela não descarta retomar os estudos para melhorar de vida. "Queria ter dado continuidade aos meus estudos, à faculdade de Jornalismo, que comecei e não pude terminar. Mas nunca é tarde. Tem gente com 70, 80 anos na faculdade. Enquanto há vida, há esperança."

Formada em dança pelo Theatro Municipal, Regininha descobriu o estrelato no espetáculo "Santa Clara Poltergeist", daí veio seu sobrenome artistico. A partir daí, rolaram outras peças e ela teve passagens por várias emissoras, sendo apresentadora do "Puro Êxtase", atração erótica da CNT.





REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

REGININHA POLTERGEIST, 54 anos, revela que precisou morar em posto de gasolina por falta de dinheiro

Em meados dos anos 2000, ingressou nos filmes adultos. Depois, admitiu ter se prostituído para sustentar o filho.

Atualmente, Regininha voltou a morar com os pais. Porém, há três anos encarou a situação de rua, dormindo em posto de gasolina próximo ao apartamento que tinha no Recreio dos Bandeirantes por falta de condições para arcar com os gastos.

TRANSTORNO

Diagnosticada com transtorno psicótico, por 10 dias ficou internada, em agosto de 2024. Passou pelo Instituto Municipal Philippe Pinel e pelo CAPS II Clarice Lispector.

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
GAROTA DO MOMENTO (18h35 na Globo)	Beto conta a Beatriz sobre a amnésia de Clarice. Carmem desconfia de Zélia. Celeste fica contra Raimundo. Alfredo e Anita sofrem por sua paixão. Zélia se passa por Clarice. Beto aconselha Raimundo. Topete tenta burlar o regulamento do campeonato de boliche. Celeste conta a Edu que Raimundo proibiu o namoro dos dois.	Clarice desperta e Juliano pede que o médico aplique a sedação novamente. Lígia agradece a Raimundo. Edu e Celeste prometem ficar juntos. Ronaldo desconfia de armação no campeonato de boliche. Bia nega que esteja envolvida com Ronaldo. Beatriz conta a Carmem o que descobriu sobre Clarice. Arlete confronta Zélia.	Maristela e Juliano se desesperam. Basílio tem a chance de se redimir com Beatriz. Renê flerta com Ana Maria. Basílio pede perdão a Beto. Ulisses pede que Vinícius deixe o boliche. Alfredo e Anita sofrem. Edu pede que Anita deixe que ele namore Celeste às escondidas. Juliano vela o sono de Clarice. Carmem chega ao Rio.	Zélia faz um acordo com Maristela e Juliano. Carmem repreende as atitudes de Basílio. Anita, Guto e Edu se apoiam contra Nelson. Teresa pede que Raimundo a deixe conversar com Celeste. Clarice desperta da nova sedação e Juliano e Maristela pedem que o médico a mantenha nesse estado. Teresa pede ajuda a Lígia.	Juliano ordena que Coralina dê um jeito de afastar Beatriz e Carmem de sua casa. Anita se desespera com a volta de Nelson. Celeste se acomoda na boate de Lígia. Raimundo lamenta com os filhos. Alfredo procura Anita. Guto conhece Vinícius. Celeste agradece Lígia. Juliano rejeita Marlene. Beatriz se preocupa com Clarice.	Juliano se assusta com a intenção de Maristela de atentar contra a vida de Basílio e Beatriz. Celeste começa a se aproximar de Lígia. Anita enfrenta Nelson. Basílio deduz que a família Alencar sabe a identidade de Beatriz. Beto vai com Beatriz visitar Clarice, mas a encontram dormindo. Ronaldo provoca Bia.
VOLTA POR CIMA (19h45 na Globo)	Gerson enfrenta Rodolfo e a cúpula dos contraventores. Cacá mente para Jão. Doralice se preocupa com Osmar. Um repórter vê Gigi trabalhando na lanchonete de Neuza. Roxelle pede que Sebastian ajude os Góis de Macedo. Gigi se encontra com Bernardo. Cacá apresenta sua falsa paciente para Madalena.	Cida tenta acalmar Madalena. Violeta orienta Jô e seus capangas. Cacá se esconde de Doralice ao chegar à casa de Violeta. Jão flagra Cacá. Gigi é expulso de seu quarto por Sebastian. Gerson vibra com a vitória sobre os Castilho, e Rodolfo adverte o filho. Joyce enfrenta Sebastian. Jão exige que Cacá deixe de ser capanga de Violeta.	Cacá dá um prazo para Jão responder a sua chantagem. Doralice expulsa Ana Lúcia de sua casa. Rosana discute com Edson. Violeta pede para Jô desbloquear o celular de Baixinho. Jão censura Sidney por se aliar a Lucas para atrapalhar Cida e Alberto. Miranda minimiza a reclamação de Nando de dores na cabeça.	Jão garante a Madalena que não cederá à chantagem de Cacá. Violeta suspende Cacá de seus serviços. Rosana consegue que Yuki seja sua assessora pessoal. Nando reclama da monitoração que Edson faz a Rosana. Belisa questiona Rodolfo sobre Yuki. Rosana consegue conversar com Yuki. Jão pede para falar com Ana Lúcia.	Cacá garante que não ordenou o ataque a Jão e ameaça Madalena. Ana Lúcia passa mal ao saber a verdade sobre a filha. Jô aconselha Cacá a esquecer Jão. Chico percebe que está apaixonado por Cacá. Nando parabeniza Rosana por voltar a desfilar. Ana Lúcia confronta Cacá. Gerson explica como Yuki fará a assessoria a Rosana.	Jão discute com Cacá. Madalena reclama por Chico defender Cacá. Gigi encontra o diário de Mariazinha na gaveta de Joyce. Sebastian não conta para Jô sobre a herança que ganhou. Tati e Madalena tentam disfarçar quando Doralice fala sobre o bilhete de Lindomar. Ana Lúcia se aconselha com seu pastor.
MANIA DE VOCÊ (21h20 na Globo)	Volney confirma a Viola informações sobre Filipa. Berta diz a Tomás que contratou a auditoria. Luma comenta com Mércia que lembrou de Viola ao experimentar um prato no restaurante Brisa. Berta comunica a Mavi que aguardará o resultado da auditoria. Diana confidencia a Bruna que encontrou passaportes falsos de Volney.	Volney garante a Viola que ninguém conseguirá rastreá-lo. Viola intenciona ser vista por Mavi. Ísis surpreende Tomás ao perdoar Leidi, Sirlei e Evelyn, e convence o filho a não contar a verdade a Berta. Sirlei e Berta oficializam a união estável. Tomás desconfia de que Ísis possa estar sendo ameaçada por Leidi e Sirlei.	Viola finge para Mavi que perdeu parte de sua memória. Mércia confessa a Luma que desconfia da sociedade com os canadenses. Mavi esconde de Mércia que Viola está viva, mas conta a verdade para Luma. Volney alerta Viola sobre o monitoramento de Mavi. Fátima pede um tempo para Gael para se refazer da relação com Robson.	Luma se emociona ao ver Viola usando uma bengala. Viola finge ter perdoado Luma e ter esquecido Rudá. Mavi comenta com Iberê que continua apaixonado por Viola. Mércia pede a Volney para o marido checar se Viola está viva. Diana estranha o clima entre Volney e Bruna. Evelyn e Iarlei sentem que estão perdendo seus cônjuges.	Mércia acusa Viola de querer se vingar de Luma e Mavi. Rudá finge surpresa quando Luma lhe conta que Viola está viva. Berta percebe que Fátima não confia em Ísis. Fátima deixa claro para Robson que não quer mais ser sua esposa. Bruna revela a Diana que está investigando Volney e pede para a mãe não contar a Hugo.	Mavi e Luma não dão atenção para os alertas de Mércia a respeito de Viola e o grupo canadense. Mércia e Volney fingem confiar um no outro. Ísis e Leidi se sentem incomodadas com as perguntas de Fátima sobre a doação financeira de Berta. Sirlei reconhece Leidi no evento de lançamento das joias de Diana.

Streaming e cinema

Reality mostra o outro lado de Meghan Markle

Mulher do príncipe Harry compartilha em nova atração sua paixão pela culinária, suas dicas práticas e conversas com amigos

Helena Rodrigues

Esqueça aquela imagem de inatingíveis e misteriosos que os membros da realeza britânica costumam passar. A partir da próxima quarta-feira, os telespectadores vão poder conhecer a duquesa de Sussex, Meghan Markle, mulher do príncipe Harry, na intimidade.

É quando estreia o reality show "Com Amor, Meghan", no qual a duquesa e atriz compartilha com seus "súditos" a sua paixão pela culinária, suas dicas práticas e, claro, conversas sinceras com amigos, novos e antigos.

Meghan Markle, que estava fora das redes sociais há sete anos, fez questão de mostrar sua empolgação com a novidade. "Estou muito animada para compartilhar isso com vocês!", escreveu a duquesa em seu retorno às redes.

"Espero que vocês gostem do programa tanto quanto eu gostei de gravá-lo. Muito obrigada a todos pelo apoio e pela diversão!", completou.

Segundo a Netflix, "Com Amor, Meghan" busca "reinventar os programas de culinária" ao combinar instruções práticas com conversas profundas e momentos emocionantes.



DIVULGAÇÃO

MEGHAN MARKLE vai mostrar suas próprias experiências sobre vida, amor e família enquanto prepara refeições

EMOÇÃO

O programa conta com oito episódios, com momentos divertidos e também emocionantes. Meghan vai mostrar suas próprias experiências sobre vida, amor e família enquanto prepara refeições caseiras e simples com a ajuda de amigos próximos.

Entre eles estão a atriz Abigail Spencer, ex-colega de elenco no seriado "Suits", e a comediante Mindy Kaling.

Após se afastar das funções reais e adotar uma postura mais reservada, ela agora está disposta a mostrar seu lado mais pessoal e caseiro.

Com o anúncio da série, alguns detalhes chamaram a atenção, como a ausência de Kate Middleton e do príncipe William, que não foram mencionados como convidados.

Vale destacar que desde que Meghan e Harry se afastaram das funções reais, em 2020, a relação do casal com os membros da realeza tem sido marcada por muitas polêmicas.

O programa marca a colaboração de Meghan e Harry com a Netflix após o sucesso de produções anteriores, como a série documental de Harry, "Jogos Invictus - Veteranos no Topo".

ESTREIAS DA SEMANA NO STREAMING

1 "COBRA KAI 6ª TEMPORADA – PARTE III" (2025) – Série/Drama. O seriado foca em Johnny Lawrence, que decide criar o dojo Cobra Kai de caratê. Com isso, ele volta a desenvolver a rivalidade contra Daniel La Russo. Netflix, amanhã.

2 "DESORDEM PÚBLICA" (2025) – Série/Drama. Quando um protesto tem um desfecho violento, a tensão aumenta em uma unidade de elite que luta para separar o trabalho da vida pessoal. Netflix, quarta-feira.



DIVULGAÇÃO

"TUDO por um Popstar 2": Disney+

3 "MISSÃO PORTO SEGURO" (2025) – Filme/Comédia. A policial Denise precisa se enfiar no meio de uma viagem de formatura de alunos do terceiro ano do ensino médio para Porto Seguro com a finalidade de obter informações que possam ajudá-la a desarmar e prender uma organização criminosa. Prime Video, sexta-feira.

4 "SIMÃO, O FANTASMA TRAPALHÃO" (1998) – Filme/Comédia. A obra conta a história de um milionário que compra um castelo assombrado para passar as férias com os netos, mas Didi e Dedé não gostam nada da situação. Globoplay, hoje.

5 "IMPARÁVEL" (2025) – Filme/Drama. Inspirado em uma história real, o filme aborda a vida do atleta Anthony Robles, que enfrentou as adversidades de ter nascido só com uma perna e lutou pelo seu sonho de integrar a equipe de luta livre da sua universidade. Prime Video, quinta-feira.



DIVULGAÇÃO

"MISSÃO Porto Seguro": Prime Video

6 "COM CARINHO, KITTY – 2ª TEMPORADA" (2025) – Série/Comédia. Em uma escola de elite em Seul, a casamenteira adolescente Kitty descobre que a vida, o amor e a família são mais complicados do que ela imaginava. Netflix, quinta-feira.

7 "TUDO POR UM POPSTAR 2" (2025) – Filme/Romance. Para celebrar seus 15 anos de amizade, amigas decidem organizar uma viagem para assistir ao último show da turnê de um famoso cantor. Disney+, quarta-feira.

8 "RUPTURA – TEMPORADA 2" (2025) – Série/Ação. Na segunda temporada, Mark e seus amigos descobrem as terríveis consequências de mexer com a barreira de ruptura, levando-os a um caminho de ainda mais sofrimento. Apple TV+, sexta-feira.

9 "SILO – TEMPORADA 2" (2025) – Série/Fantasia. Tim Robbins interpreta mais uma vez o prefeito do silo, um abrigo subterrâneo com centenas de andares, lar para cerca de 10 mil pessoas em um mundo envenenado. Apple TV+, sexta-feira.

10 "DOCTOR ODYSSEY" (2015) – Série/Drama. Max é o novo médico a bordo de um cruzeiro de luxo onde a equipe trabalha duro e se diverte ainda mais. Para lidar com as crises, Max e sua equipe precisam se unir. Disney+, quarta-feira.

Odisseia sexual com Nicole Kidman em "Babygirl"

Leonardo Sanchez
FOLHAPRESS

Antes mesmo das primeiras imagens de "Babygirl" aparecerem na tela, os gemidos de Nicole Kidman invadem o escuro do cinema. Sentada em Antonio Banderas, ela atinge o que pensamos ser o clímax, num grito intenso e libertador.

Eles se beijam e ela corre para o quarto ao lado, onde se masturba assistindo a um vídeo pornô que borra as linhas entre consentimento e estupro.

Ela tem fetiche em ser controlada, humilhada, dominada. Ele prefere o bom e velho papai e mamãe. Ambos se amam, são companheiros e têm uma vida feliz, mas há um impasse que cria um abismo entre os dois lados da cama. Ela sabe que jamais estará saciada com o marido, mas ele nem desconfia disso.

Em "Babygirl", Kidman assume um dos papéis mais poderosos e arriscados de sua carreira. Aos 57 anos, ela tira a roupa em inúmeras cenas de sexo, fica completamente vulnerável e entrega o que muitos críticos têm chamado de seu melhor trabalho em anos.

É seguro dizer, aliás, que ela era a favorita ao Globo de Ouro de Melhor Atriz em filme de drama, no último domingo. Mesmo passada para trás por Fernanda Torres, Kidman continua sendo um dos grandes obstáculos para a indicação da brasileira ao Oscar.

"Este filme é uma odisseia emocional e sexual", diz a atriz em conversa virtual com jornalistas. Romy é a fundadora e CEO de uma empresa de tecnologia de Nova Iorque. Elegantérrima, ela caminha segura de si pelo escritório logo cedo, é a última a sair e, por essas e outras, ganhou o respeito e admiração de todos ao redor.

Quando um estagiário 30 anos mais novo, vivido por Harris Dickinson, chega à empresa, eles sentem uma atração instantânea. Nas palavras de Kidman, é como se Romy e Samuel estabelecessem uma conexão estranhamente visceral, que não tem a ver com intelecto ou idade, mas com química.



DIVULGAÇÃO

CENA de "Babygirl": ousadia

Eufrázio

Letras

Gatinho vira "remédio" em best-seller japonês

"Vou te Receitar Outro Gato", novo livro de Syou Ishida, traz de volta o estranho método do dr. Nike e da enfermeira Chitose

Helena Rodrigues

DIVULGAÇÃO



SYOU ISHIDA mostra como o amor de um animal pode mudar a vida de alguém

Imagina chegar para se consultar com o médico e sair de lá com uma receita prescrevendo um "remédio" diferente... um gatinho! Pois é o que acontece na Clínica Kokoro, onde o paciente recebe esse santo remedinho e, quando volta para casa, vê sua vida se transformar para sempre.

Essa é a história de "Vou te Receitar Outro Gato", continuação de "Vou te Receitar um Gato", de Syou Ishida, que acaba de chegar às livrarias brasileiras.

O mais curioso da história é o seguinte: embora nem todo mundo encontre a misteriosa clínica e ninguém saiba dizer exatamente quem a indicou, aqueles que precisam de verdade conseguem achar o local.

Ao entrarem na pequena sala, os pacientes são recebidos pela enfermeira mal-humorada Chitose e pelo excêntrico dr. Nike e convidados a compartilhar um pouco de suas dificuldades.

Entre os pacientes, tem uma jovem estudante que reluta em admitir que está passando por um momento complicado no namoro, um idoso enlutado que se vê cada vez mais recluso, dois amigos que não sabem como expressar suas angústias para os familiares, entre outros.

Em meio a conversas enigmáticas entre o médico e a enfermeira, dá para notar que os dois escondem algum segredo, mas, curiosamente, o estranho tratamento com os gatinhos funciona.

A continuação do best-seller japonês traz, na verdade, uma história comovente e inovadora sobre como o amor de um animal pode mudar a vida de alguém.

SERVIÇO

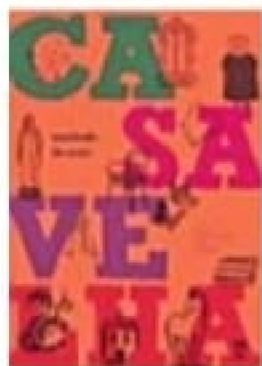
"Vou te Receitar Outro Gato"



> AUTOR: Syou Ishida
> TRADUTOR: Natália Rosa
> EDITORA: Intrínseca
> PÁGINAS: 208
> PREÇO: R$ 46,83

LANÇAMENTOS

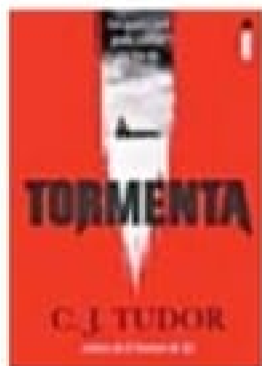
"Casa Velha"



Publicado em folhetim entre 1885 e 1886. Nesta edição especial você tem o texto integral acompanhado de explicações e links.

> AUTOR: Machado de Assis
> EDITORA: Panda Books
> PÁGINAS: 96
> PREÇO: R$ 51,90

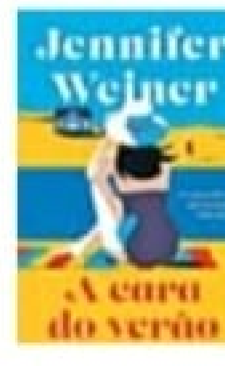
"Tormenta"



Novo livro da autora de "O Homem de Giz" que une agora mistério e terror em cenário apocalíptico eletrizante.

> AUTOR: C. J. Tudor
> EDITORA: Intrínseca
> PÁGINAS: 336
> PREÇO: R$ 54,94

"A Cara do Verão"



Depois de uma troca de e-mails, duas mulheres se tornam amigas. À medida que se aproximam, fica claro que a conexão entre elas não foi acidental.

> AUTOR: Jennifer Weiner
> EDITORA: Harlequin Books
> PÁGINAS: 416
> PREÇO: R$ 59,90

EU RECOMENDO

Livro para conhecer um pouco mais a história capixaba



Manoel Goes, escritor

"Recém-lançado, o excelente livro de crônicas "Personagens e Fatos Históricos Capixabas", de Francisco Aurélio Ribeiro, é uma leitura leve e de grande conteúdo de pesquisas, valorizando a história de nós, capixabas, com notáveis conquistas e personagens dos mais diversos e de incomensurável importância para a valorização da identidade de um estado desprovido de memória cultural por falta de informação. Encontrarão os leitores nessa coletânea desde Vasco Fernandes Coutinho, Anchieta, Augusto Ruschi, Rubem Braga e outros mais. Uma leitura obrigatória para quem quer conhecer nossa gente, nossa história".

Música

Ringo Starr de volta ao country

Flávio Carvalho

Apesar de já mostrar sua paixão pela música country ao tocar e compor canções com toque do gênero musical durante seus anos de Beatles, a incursão completa de Ringo Starr no ritmo veio com o álbum "Beaucoups of Blues" (1970), seu 2º na carreira solo.

Agora, mais de cinco décadas depois, o inglês lança o disco "Look Up", em que volta a explorar o estilo tradicionalmente americano. Ao todo, são 11 faixas que passam pelo country e o blues e que refletem sobre amor, vida e a passagem do tempo.

"Foi uma ótima ideia visitar o country 50 anos atrás e foi uma ótima ideia agora", disse o músico, ao G1.

Seu primeiro álbum completo desde 2019, o trabalho é fruto de uma parceria com o músico e produtor americano T-Bone Burnett. A ideia nasceu após um encontro ao acaso, durante um evento em Los Angeles, em 2022.

Na ocasião, Ringo pediu ao parceiro que escrevesse uma música para um EP que ele estava gravando. Levando a tarefa a sério, Burnett retornou com nove canções, todas em estilo country, dando início ao novo projeto.

A única faixa coescrita pelo baterista é "Thankful", gravada com Alison Krauss. "Escrevi com meu produtor e engenheiro Bruce Sugar e sinto que demos a ela um som country com toque de LA. Para a letra, sempre gosto de focar no positivo e, para essa música em especial, no que podemos ser gratos", refletiu.

Destaque ainda para a participação de Molly Tuttle e Billy Strings. Os talentosos artistas de Nashville participam, cada um, de três músicas. Junto com o álbum, foi lançado um video para a faixa-titulo.

DIVULGAÇÃO



RINGO lança o disco "Look Up"

SERVIÇO

"Look Up"



> ARTISTA: Ringo Starr
> FAIXAS: 11
> GRAVADORA: Universal Music
> PREÇO: R$ 19,90 (digital)

MAIS LANÇAMENTOS

"The Human Fear"



Produzido com Mark Ralph, que já trabalhou com a banda em "Right Thoughts, Right Words, Right Action" (2013), o álbum traz músicas que fazem alusão a alguns medos humanos e a como a superação desses medos impulsionam e definem nossas vidas.

> ARTISTA: Franz Ferdinand
> FAIXAS: 11
> GRAVADORA: Domino
> PREÇO: R$ 19,90 (digital)

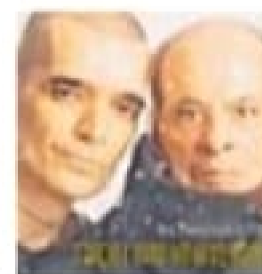
"Pagode do Pericão Pt. 2"



O sambista dá continuidade ao lançamento do projeto gravado ao vivo em Brasília. A parte 2 chega com participações de Ferrugem, Xanddy Harmonia e da dupla Israel e Rodolffo. A faixa foco é uma releitura de "Inigualável Paixão", sucesso do grupo Pirraça.

> ARTISTA: Péricles
> FAIXAS: 11
> GRAVADORA: Independente
> PREÇO: R$ 19,90 (digital)

"Canções para um Novo Mundo"



Após os singles "Teu Sangue" e "Nosso Grito", os artistas lançam projeto com seis faixas inéditas e participações de Frejat, Ana Cañas e Will Calhoun, baterista da aclamada banda de rock americana Living Colour. As canções tratam do desejo de mudança.

> ARTISTA: Ney Matogrosso e Hecto
> FAIXAS: 9
> GRAVADORA: SOM LIVRE
> PREÇO: R$ 14,90 (digital)

"Piseirão D'Us Agro"



Com faixas em ritmo de piseiro em sinergia com o sertanejo, sendo cinco delas inéditas e uma regravação, o EP marca mais uma etapa da versatilidade da dupla, que amplia seu repertório explorando um gênero de forte expressão no Nordeste brasileiro. O destaque é "Sextou".

> ARTISTA: Us Agroboy
> FAIXAS: 6
> GRAVADORA: Warner Music
> PREÇO: R$ 12,90 (digital)

Blitz da música na praia de Camburi

Evandro Mesquita e sua banda vão agitar a Arena de Verão com hits como "A Dois Passos do Paraíso" e "Você Não Soube Me Amar"

Flávio Carvalho

O palco da Arena de Verão, montada na Praia de Camburi, promete "ferver" com um show nostálgico da Blitz. A banda vai apresentar seu novo espetáculo, a "Turnê sem Fim".

Responsável por clássicos dos anos 80, como "A Dois Passos do Paraíso", "Você Não Soube Me Amar" e "Biquini de Bolinha Amarelinha", o conjunto toca hoje, às 20h.

A mistura de rock, pop, funk, reggae, samba, soul e blues ainda vai marcar o show do grupo liderado por Evandro Mesquita.

Antes, às 18h, a capixaba Dani Moraes sobe ao palco com o show "Hits à Lee", um tributo à saudosa roqueira Rita Lee. No repertório, os sucessos "Mania de Você" e Lança Perfume".

A programação da Arena de Verão hoje ainda vai contar com atividades esportivas e para toda a família. Das 7h às 10h, tem natação. Das 8h às 13h, acontece o torneio de vôlei adaptado, além de hockey e cubo mágico.

É importante ressaltar que em todos os domingos de janeiro haverá uma programação para todas as idades no bolsão de estacionamento do complexo.

Das 8h às 13h, vai ter teatro, Banda Fanfarra, Banda da Guarda Municipal, pintura de rosto e pula-pula, touro e surfe mecânico, além de distribuição de algodão-doce, picolé e pipoca.

SERVIÇO

Blitz

> O QUÊ: Show da banda carioca. Na mesma noite, Dani Moraes.
> QUANDO: A partir das 18h.
> ONDE: Na Arena de Verão, na **Praia de Camburi**. A estrutura está montada na altura do antigo hotel Aruan.
> QUANTO: Entrada gratuita.

DIVULGAÇÃO



A BANDA Blitz apresenta seu novo show, chamado "Turnê sem Fim"

CONFIRA O QUE VAI ROLAR!

Festa

> **1º ENSAIO SHOW DA NAÇÃO** – Com segmentos da escola Unidos de Jucutuquara, 18h, no Clube Social Anchieta, **Fradinhos**. Clas.: 16. Ing.: R$ 10 (1º lote). Venda: onticket.com.br.

> **"VERÃO MEX"** – Pelo Morena, Felipe Brava e DJ Big, 19h, no Mex Guarapari, **Praia do Morro**. Clas.: 16. Ing.: A partir de R$ 40 (Pista/meia). Venda: zig.tickets.

> **"PAGODE DO MÃE JOANA"** – D'Moleque e Leqsamba e DJs ML da Vila e Pedro Schmid, 20h, na Boate Garden, **centro de Vila Velha**. Clas.: 18. Ing.: R$ 30 (1º lote/meia). Venda: zig.tickets.

> **"É TUDO PAGODE"** – Pagode e Cia, Samba da Comunidade, Leqsamba e DJ Leandro Netto, 15h, no Seu Joaquim Bar, **Praia do Canto**. Ing.: Com lista, via Instagram @etudopagode, grátis até 17h. Após, R$ 30.

> **"CHEERS OF THE SAMBA"** – Lleon, Glauco, Lécio Soares e Suelen Nascimento, 17h, no Repique Samba Lounge, **Camburi**. Ing.: R$ 30, com nome na lista via Instagram @repiquevix, até 19h.

> **"PAGODE DO CORRERIA"** – Primeira Classe com participação de Frenessy e Samba On, além de DJs Thalia Coelho, Fabrini e Yuri, 22h, no Correria, **Itaparica**. Clas.: 18. Ing.: Homem paga R$ 30 e mulher entra de graça.

> **"BALADA DE VERÃO"** – Trio Chapahits, Renato Brasileiro, Kadu Vieira e Elton e Sandro, 16h30, no Matrix, **Rio Branco**. Grátis até 18h.

DIVULGAÇÃO/CLAUDIO POSTAY



Festival de Chorinho

A programação de verão de Cariacica, que acontece na Nova Orla, vai contar com aula de ritmos às 8h e Festival de Chorinho com o grupo Choro da Ilha (foto) às 10h. Entrada gratuita.

Para ouvir

> **ALRY** – MPB e bossa. 12h, no A Oca, **centro de Vitória**.

> **ANDREA RAMOS E JORGE TARZAN** – MPB e bossa. 20h, no restaurante A Oca, **centro de Vitória**.

> **ONAY** – Variado. 12h30, no Coco Bambu Vila Velha, **Praia da Costa**.

> **BARROSSOM** – Variado. 19h30, no Coco Bambu Vila Velha, **Praia da Costa**.

> **MARCELO LEMOS** – Variado. 12h30, no Coco Bambu, **Praia do Canto**.

> **CORTA-JACA** – Samba. 13h, no Brizz, **Enseada do Suá**.

> **DOCE CADÊNCIA E D'MOLEQUE** – Samba. 14h, no Bar do Paulista, **Morada de Laranjeiras**.

> **SAMBA DO NILL** – Samba. 13h, no Bar 426, **Jardim Camburi**.

> **ANDERSON VENTURA** – Variado. 14h, no Flammes Bar, **Curva da Jurema.**

> **SERGINHO OLIVEIRA** – Pop rock. 12h, no Quiosque Gaivota, **Camburi**.

DIVULGAÇÃO



Dose dupla!

Tem dose dupla de pagode com o cantor mineiro Dadim (foto) hoje. A partir das 16h, ele vai se apresentar no Migué Botequim, **Tucum**, Cariacica. O evento ainda conta com Leqsamba.

A partir das 20h, no Gordinho **Praia do Canto**, o artista será atração da festa "Deixa em OFF", que ainda recebe Frazão, Marquinhos, Luiz Felipe e Bredim. Ing.: R$ 30 (Pista) e R$ 50 (VIP). Grátis até 22h. Clas.: 18.

Para dançar

> **LÉCIO SOARES E SAMBA HD** – Pagode. 19h, na Arena Bar, **Praia do Canto**.

> **SAMBA DIVERSO E BATUCADA BOA** – Samba. 18h, no Butteco's Vitalino, **Itaparica**.

> **ALISSON DO BANJO** – Samba. 16h, no Quiosque Mel e Marinho, **Praia de Itaparica**.

> **DU NOSSO JEITO** – Pagode. 18h, no Ipanema, **Praia do Canto**.

> **PAGODEOU** – Pagode. 16h, no Recanto, **Colina de Laranjeiras**.

> **DJ GABZ E AMIGOS** – Eletrônico. 14h, no Épico Beach Bar, **Curva da Jurema**.

> **SAMBA FINO TRATO E SEM MEDIDA** – Pagode. 16h, no Arpoador Gastrobar, **Colina de Laranjeiras**.

Especial

> **VERÃO EM VILA VELHA** – Desafio nacional de beach soccer com a participação de atletas nacionais às 10h e música com Fernanda Lima às 12h, na Arena de Verão, montada na av. Antônio Gil Veloso, em frente ao Quality Hotel, na **Praia da Costa**. Grátis.

> **26ª FEIRA DO NENÊM E GESTANTE** – Das 10h às 14h, no Masterplace Mall, **Barro Vermelho**. Grátis.

Estado

> **VERÃO EM PIÚMA** – Shows de KS10 às 19h30 e Léo Lima às 22h, na Praça Dona Carmem. Grátis.

> **VERÃO EM ANCHIETA** – Léo Zanol e Banda às 16h, na Praia do Coqueiro. Grátis.

> **VERÃO EM ARACRUZ** – Léo Mai às 15h, na Barra do Sahy. Grátis.

> **VERÃO EM PRESIDENTE KENNEDY** – Em Marobá, Jana Lima às 16h. Em Neves, Tati Meira às 15h. Grátis.

DIVULGAÇÃO/VIVIUM RIBEIRO



Lançamento de EP

O pocket show de lançamento do EP "Gaveta", do cantor Xavier Lucas, está marcado para hoje, às 16h, na Casa Caipora, **centro de Vitória**. Além da apresentação, haverá escuta coletiva e comentada das faixas do projeto. Ing.: R$ 10.

> **VOU ZUAR (RJ)** – 21h, no Mauka Ocean Club, **Anchieta**. Clas.: 18. Ing.: R$ 50 (1º lote). Venda: lebillet.com.br.

Criança

> **SONIC MOUNTAIN PARK** – Parque temático até 25/02, na Praça de Eventos do Shopping Vila Velha, **centro de Vila Velha**. Hoje, das 14h às 22h. Valor: R$ 50 para 60 minutos.

> **MAGIC OCEAN** – Atração com gigantesca piscina de bolinhas. Até 31/01, na Praça Sul do Shopping Vila Velha, **Centro**. Hoje, das 14h às 21h. Ing.: R$ 40 por 40 minutos.

> **"WOW PARK"** – Parque de entretenimento. Hoje, das 11h às 21h, no Shopping **Praia da Costa**. Ing. (meia): 50 minutos a R$ 59,90 ou 30 minutos a R$ 49,90.

> **VILA PARQUE BOLICHE** – Boliche com 8 pistas, jogos eletrônicos, sinucas, espaço kids e restaurante. Hoje, das 12h à meia-noite, no Shopping Mestre Álvaro, **Eurico Salles**. Valor: R$ 129,90 (1 hora de boliche). Inf.: (27) 99830-9478.

> **"OS TRÊS PORQUINHOS"** – Peça infantil, às 15h e 16h, no Piso L3 do Shopping **Praia da Costa**. Grátis, com retirada de ingresso por meio do aplicativo do shopping.

DIVULGAÇÃO



Samba com Morenna

A cantora Morenna (foto), que acaba de lançar o EP "Calor", é a convidada do grupo Já Gamei na festa "Sambar&Love", que acontece na Selva, **centro de Vitória.**

O evento está marcado para as 16h e ainda vai contar com Jefinho Faraó e DJ Relima. Ing.: R$ 25 (2º lote). Venda: zig.tickets.Clas.: 18.

> **DIVERSÃO NA PRAÇA** – Oficina de máscara de porquinho e brincadeiras, das 17h às 20h, na Pracinha do Praia, Shopping **Praia da Costa**, Piso L1. Grátis, com retirada de ingresso por meio do aplicativo do shopping.

> **GALINHA PINTADINHA** – Brinquedos infláveis e piscina de bolinhas temáticos. Até 2/03, na Praça de Eventos do Shopping Montserrat, **Colina de Laranjeiras**. Valor: a partir de R$ 50 por 30 minutos.

> **CHÃO É LAVA** – Parque de diversões até 2/03 na praça de eventos do Shopping Moxuara, **São Francisco**. Hoje, das 13h às 21h. Valor: A partir de R$ 50,00 por 30 minutos.

> **"FROZEN"** – Peça infantil, 15h e 17h, no Teatro Campaneli, **Enseada do Suá**. Ing.: R$ 30 (meia). Venda: sympla.com.br.

Exposição

> **HARRY POTTER: CELEBRANDO HOGWARTS** – Exposição de atividades e cenários da saga Harry Potter, no Shopping Mestre Álvaro, **Eurico Salles**. Ing.: gratuito, com retirada de ingressos no sympla.com.br. Um novo lote de ingressos estará disponível na segunda.

Esquenta para o Carnaval com o capixaba Pedro Costa

Flávio Carvalho

Filho de puxador de trio elétrico, o capixaba Pedro Costa carrega no sangue a paixão pela música da Bahia. E é com toda a energia do axé misturada a elementos do pop e samba que o artista já faz seu "esquenta" para a folia com os primeiros lançamentos do projeto "No Balanço".

Em dezembro, ele apresentou "Balança", que trouxe a participação de Biel Brito, da banda baiana DiDengo, e nesta semana divulgou um medley com releituras de "Perfume" (Belo) e "Pra Você Acreditar" (Ferrugem), gravado ao lado de Diego Rodrigues, um artista de São Mateus, cidade natal do anfitrião.

"São músicas de sucesso no pagode e que demos a nossa cara, mesclamos o ritmo com axé. Diego é um cara que vem fazendo muito barulho no meio do pagode capixaba e o resultado superou as minhas expectativas", diz Pedro, ao **AT2**.

Gravado ao vivo no Na Vista, em Vitória, o audiovisual traz, ao todo, 11 faixas produzidas pelos baianos Esso Brumom e o Tiago Makulla. O trabalho ainda tem a participação de Cacá Costa, pai de Pedro. "Ele é minha maior influência", revela.

O produto completo será divulgado apenas na 1ª quinzena de fevereiro, às vésperas do Carnaval, mas outra prévia sai no fim deste mês.

Após a folia, o capixaba vai dividir com o público a música "Intacto", single "solto" gravado com a Banda Eva. A canção, que simboliza um momento marcante na trajetória de Pedro, foi escrita por Gigi Cerqueira, Vini Mendes e Dan Kambaiah.

"Foi um presente ter uma participação de uma banda que representa tanto na minha vida".

DIVULGAÇÃO

PEDRO COSTA e Felipe Pezzoni, da Banda Eva, com quem gravou música

Sudoku (Passatempos de lógica)

Complete cada tabuleiro de nove quadrados preenchendo os espaços vazios com números de 1 a 9, de modo que eles não se repitam em nenhuma fileira vertical nem horizontal nem em cada grupo de quadrados.

5	4					8		9
	2		8	7	6		4	
	1							3
1		3	2	4		7	8	
				9	3	2		
	6							4
			4		2	9	3	
		4	7				5	2
				1		4		7

5	4	6	3	2	1	8	7	9
3	2	9	8	7	6	5	4	1
8	1	7	9	5	4	6	2	3
1	9	3	2	4	5	7	8	6
4	7	8	6	9	3	2	1	5
2	6	5	1	8	7	3	9	4
7	5	1	4	6	2	9	3	8
6	8	4	7	3	9	1	5	2
9	3	2	5	1	8	4	6	7

Compre pelo site arecreativa.com.br Ou pelo telefone 0800 035 1422

Horóscopo

POR: Personare

Áries
21/03 a 20/04
Lua e Mercúrio sinalizam dificuldades para conciliar as responsabilidades em casa e no trabalho, demandando maior capacidade de organização.

Touro
21/04 a 20/05
A tensão envolvendo Lua e Mercúrio sinaliza dificuldades para conciliar os interesses individuais e coletivos, o que pode inviabilizar suas iniciativas.

Gêmeos
21/05 a 20/06
A carência de recursos materiais é algo a administrar nesta fase. Procure desenvolver sua capacidade gestora, buscando caminhos alternativos.

Câncer
21/06 a 22/07
A Lua demanda maior jogo de cintura para lidar com as demandas interpessoais, o que pode encontrar entraves em posturas inflexíveis.

Leão
23/07 a 22/08
As demandas relacionadas à gestão do dia a dia tendem a lhe desgastar mentalmente. Procure encarar os obstáculos tão logo apareçam.

Virgem
23/08 a 22/09
As relações sociais passam por um momento desafiador em meio à discórdia sobre temas sensíveis para a coletividade, visto a tensão Lua-Mercúrio.

Libra
23/09 a 22/10
A Lua na área profissional entra em tensão com Mercúrio, sugerindo um momento desafiador decorrente do excesso de demandas.

Escorpião
23/10 a 21/11
Lua e Mercúrio no circuito das ideias sinalizam incompatibilidades de cunho ideológico com o meio circundante, dando vazão a conflitos.

Sagitário
22/11 a 21/12
A tensão Lua-Mercúrio aponta uma fase delicada para a administração da vida material, com tendência a imprevistos que desestabilizam o orçamento.

Capricórnio
22/12 a 20/01
Mal-entendidos tendem a comprometer a convivência nos relacionamentos pessoais, visto que Lua e Mercúrio sinalizam incompreensões.

Aquário
21/01 a 19/02
Dificuldades para operacionalizar as demandas do cotidiano podem lhe render algum estresse no dia de hoje, pois Lua e Mercúrio entram em tensão.

Peixes
20/02 a 20/03
A Lua entra em tensão com Mercúrio, sinalizando o risco de impopularidade associado à dificuldade de compatibilizar os interesses.

Diretas (Palavras Cruzadas Diretas)

WWW.COQUETEL.COM.BR © REVISTAS COQUETEL 2016 PUBLICAÇÃO AUTORIZADA POR REVISTAS COQUETEL

Estojo com itens para embelezamento do rosto
Palavra que rima com "dor" (poét.)
Fazer sugestão
Tesouro; fazenda
Encontrar o que estava procurando
(?) Abeba, capital da Etiópia
Polêmicos passatempos muito procurados em lan houses
Neutro; isento
Como se grita "Gol!" na Alemanha
Ana Hickmann, apresentadora
Cão, em inglês
Fruto da figueira
Bacia (?): a maior é a amazônica (BR)
Hábitat do ácaro
Arco-(?), símbolo do LGBTQIA+
Regaço
Vigia; sentinela
Parecer de cunho técnico
General Electric (abrev.)
Resumo dos pontos principais de um livro
Faixa (?), classificação usada pelo IBGE
Boro (símbolo)
Planta de jardins aquáticos
"O (?)-nozes", balé de Tchaikovsky
Opõe-se a "abstrato" (Gram.)
Interjeição mineira
Carro-(?): transporta água
A regência de Feijó (Hist.)
A maior cobra da fauna brasileira
Cedido com propósitos caritativos
(?) alcalinos: sódio e potássio (Quím.)
Relativo às bodas
Privada de visão
Gelo, em inglês
Mamífero ruminante
Registros de reuniões
A terceira incógnita matemática
Erga; levante
O Rei da Selva (Cin.)
Confusão (gíria)
Casa noturna
(?) e vir: direito do cidadão
Alguma; certa
Docentes; mestres
O evento jornalístico

BANCO 3/dog — ice. 4/bode. 5/lotus. 6/erário. 9/midiático.

49

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA
#FaçaCoquetel /editoracoquetel @coquetel
ASSINE AGORA!
www.coquetel.com.br
COQUETEL

Solução

Eufrázio

SOCIAL



POR THAMA BOLDRINI



ASSISTA AO POD+SOCIAL NO tribunaonline.com.br OU APONTE A CÂMERA PARA O QR CODE.

social@redetribuna.com.br

Tendência musical

Abraçando a tendência do hyperpop explorado pela britânica Charli XCX no aclamado álbum "Brat", o cantor capixaba Lucas Gavvi apresenta seu novo single, "Bonitinho e Ordinário".

Com ruídos metalizados e batidas dançantes, a canção chega às plataformas digitais na próxima quinta-feira (16), às 21 horas. Já o videoclipe está previsto para ser publicado no YouTube do artista no dia 19, às 20 horas.

Fica a dica

A apresentadora Catia Fonseca, do programa Melhor da Tarde na TV Tribuna/Band, tem usado suas redes sociais para dividir momentos de sua viagem pela Itália ao lado do marido, Rodrigo Riccó. Em um roteiro que mescla história, cultura e detalhes do cotidiano, Catia compartilha curiosidades que chamaram sua atenção ao longo do percurso. Entre os pontos turísticos de Florença, a apresentadora visitou o Palácio Pitti e o Jardim de Boboli, recomendando os locais como paradas obrigatórias para quem aprecia arte e história.

* * *

MONIQUE JANUTT/ DIVULGAÇÃO



PEDRO Manta, Clara Alberti, Gabriela Amorim e Pedro Fuzatto em Guarapari

LEO GURGEL/ DIVULGAÇÃO



CAROL Peixoto

Saúde mental

A segurança psicológica é amplamente reconhecida como essencial no ambiente de trabalho. Pesquisas, como a realizada pela Gallup, mostram que colaboradores que se sentem psicologicamente seguros têm 27% mais chances de estar engajados em suas funções, destacando o impacto direto desse fator no desempenho e no bem-estar organizacional.

* * *

LEO GURGEL/ DIVULGAÇÃO



LETICIA Rody e Nina Giaretta

TERMÔMETRO



IN

VERÃO NO LITORAL CAPIXABA



OUT

LIXO NAS PRAIAS

Direito de família

Uma decisão do Tribunal de Justiça de São Paulo trouxe à tona um conceito pouco conhecido no Direito de Família: a Pensão Compensatória. Ana Hickmann foi condenada a pagar R$ 15 mil mensais ao ex-marido Alexandre Correa, uma medida que busca reequilibrar financeiramente os ex-cônjuges após o divórcio. "Essa modalidade é aplicada quando há uma disparidade patrimonial significativa causada pela separação", explicou o advogado Lucas Costa.

* * *

DIVULGAÇÃO



FRANSCISCO Giovaneli com o amigo João Bosco

DIVULGAÇÃO



SANDY Wagmaker e Anna Beatriz Pereira

DIVULGAÇÃO



ICARO Almeida e Ana Luísa Barroso

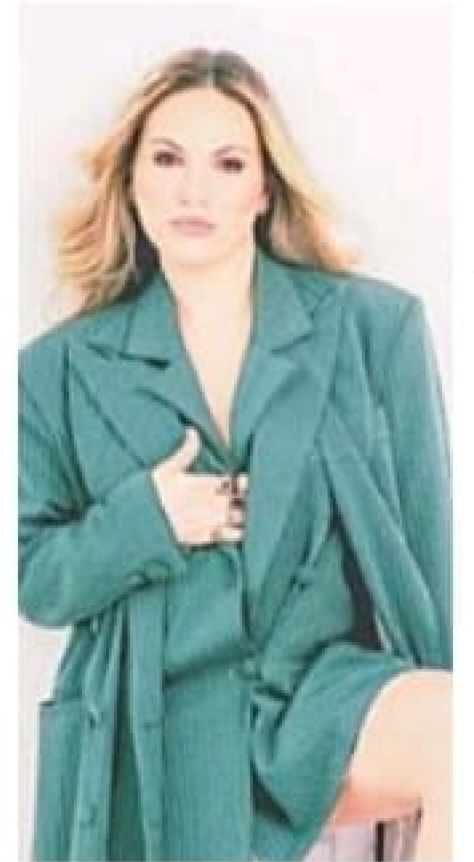
Quem disse?

"Considero uma segunda mãe". Da atriz Fernanda Souza sobre a sogra.

Felicidades!

Os parabéns da coluna aos aniversariantes de hoje: Enza Camata e Helia Dórea.

Vitrine



A DJ Jess Benevides, a mamãe do baby Apollo, comemora o bom momento também na carreira com novo ensaio fotográfico assinado por Lucas Kiaw. A 'Djane' capixaba se firma como um dos maiores nomes da pista eletrônica neste verão, acumulando mais de 11 apresentações em uma semana ao lado de grandes nomes nacionais, como Bhaskar, Cat Dealers e DubDogz.

* * *

O MÚSICO capixaba Rodrigo CX é presença confirmada no Festival Delírio Tropical, na próxima sexta-feira, dia 17, às 17h20, na orla de Itapuã, em Vila Velha.

* * *

NA época de férias, em que muitos voluntários aproveitam para viajar e descansar, é importante estar mais perto dos doadores de sangue. Para tanto, o Centro Estadual Hemoterapia e Hematologia Marcos Daniel Santos (Hemoes) está em funcionamento no Boulevard Shopping Vila Velha até a próxima sexta-feira, das 12h às 16h.

* * *

DICA para as mamães e gestantes: está rolando a 26ª Feira do Neném e Gestante, no Masterplace Mall. Hoje, das 10h às 14h.

* * *

LÍDER do World Creativity Day (WCD) 2025 - maior festival mundial colaborativo de criatividade -, Gisele Ataíde participou de reunião de alinhamento com Sandra Selleste, que comanda a Selleste Economia Criativa. Esta é mantenedora do evento na capital capixaba. As atividades vão acontecer de 21 a 23 de abril.

* * *

E VIDA que segue!

Eufrázio

POP . ZAP

Supermodelo no elenco de "Vale Tudo"

A top model Carol Trentini foi escolhida pela Rede Globo para estrelar marcante cena de "Vale Tudo", novela que estreia em março. O remake do clássico de 1988 iniciou as filmagens em dezembro.

Em uma das cenas que marcam o início da trama, Carol estrela ensaio fotográfico de moda, atuando ao lado de personagens vividos pelos atores Cauã Reymond, Bella Campos, Alice Wegmann e Lucas Leto.

Pode fazer tratamento de pele no verão?

Pode sim!

Com as tecnologias cada dia mais modernas, os tratamentos são menos invasivos e podem ser feitos no verão sem medo de se expor ao sol. É claro que a hidratação da pele e o uso do filtro solar também é indispensável.

ALGUNS PROCEDIMENTOS

Ultrassom Microfocado de Alta Intensidade

Drug Delivery Digital

Bioestimuladores de colágeno

Laser de Thulium

Toxina Botulínica

Preenchimentos

Entre vários outros

KARINA MAZZINI
DERMATOLOGISTA
CRM-ES 4206 | RQE 1948

(27)3324-1600 (27)99989-9275
@drakarina.mazzini /Dra Karina Mazzini
Av. Hugo Viola, nº 931 (2º andar), Mata da Praia, Vitória, ES
www.karinamazzini.com.br

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



RAFA KALIMANN disse que se dedica bastante ao ofício de atriz

"Eu sou atriz e mereço estar aqui"

A ex-BBB, influenciadora e atriz Rafa Kalimann rebateu críticas sobre sua atuação durante entrevista ao "Na Palma da Mari", programa apresentado pela jornalista Mari Palma.

"Eu acho que é legítimo esse questionamento das pessoas. Eu entendo meu privilégio de ter saído com o 'Big Brother' com a exposição, então eu conquistei esse espaço e o público que está me acompanhando", disse.

"Mas eu respeito tanto esse ofício e abracei tanto essa oportunidade, com tanta disciplina, com tanto amor, que eu não aceito que desvalidem meus méritos e isso tem que ser levado em consideração", acrescentou.

Rafa ainda reforçou que ama e se dedica à profissão e explicou que não aceitou os projetos por pura vaidade.

"Uma coisa é se eu estivesse ali por pura vaidade, fazendo isso por qualquer outro estimulo que não fosse a vontade de fazer e realizar o trabalho. Por isso meus colegas me defenderam tanto. Eles viram essa dedicação, disciplina, amor, estudo e respeito que tenho pelo ofício. Eu sou atriz e mereço estar aqui, por muito mérito e estudo", argumentou.

CRÍTICAS

Rafa Kalimann sofreu muitas críticas por sua interpretação como a vilã Jéssica em "Família é Tudo", da Globo.

Ao longo da novela, ela sempre se posicionou sobre o assunto nas redes e nas entrevistas e disse que não se abalava com os comentários negativos.

Ela contou que não recebe as críticas como algo pessoal, e que se dedica para crescer ainda mais na carreira.



DIVULGAÇÃO

Naldo canta pagode

O funkeiro Naldo Benny se destaca há duas décadas e meia no cenário musical. O que muita gente se esquece é que o artista iniciou sua carreira no pagode como backing vocal do grupo Disfarce. Celebrando suas raízes, no próximo dia 20 Naldo grava seu primeiro projeto no ritmo. "Casa do Naldo" será registrado no Faro Beach Club, no Rio de Janeiro.

"Acho que estou viciada"

Aos 51 anos, Marcela Porto, a Mulher Abacaxi, fez sua terceira ida a uma clínica de estética para mais uma série de procedimentos. Dessa vez, ela fez depilação total do corpo, SkinBooster rosto e pescoço para flacidez, massagem com radiofrequência e corporal, totalizando R$ 5 mil. O preço dos tratamentos anteriores juntos foi de R$ 15 mil. "Acho que estou viciada", afirmou.

